ORIGINAL
PERMATA
YANGHÍLANG®
SeniNafkahBatin
Untuk·Bakal·Pengantin·&·Suami·Isteri
18
SX
IBNUYUSOF

# PERMATA YANG HILANG

*The Lost Jewel*

## *Seni Nafkah Batin*

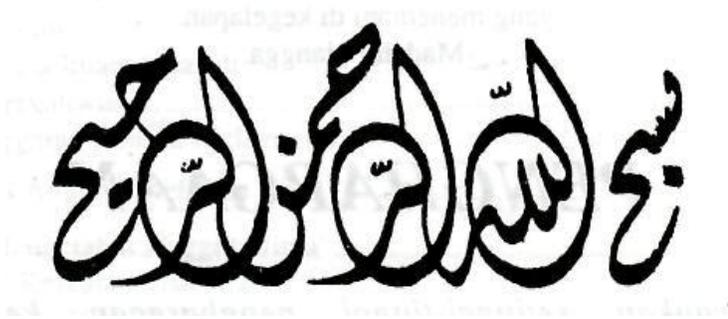
*Koleksi Ilmiah Islam, Tradisional Serta Moden*
*Khas Untuk Bakal Pengantin*
*Dan Suami Isteri*

*IbnuYusof*

# Makluman:

E-Book Permata Yang Hilang ini kami hadiahkan secara percuma kepada anda sebagai tanda penghargaan kami atas kesudian anda menjadi Ahli Prima Megasutra. Ianya kami hadiahkan kepada anda saja untuk kegunaan peribadi anda saja. Kami amat berharap agar anda tidak menyebarkannya sama ada secara percuma apatah lagi dijual kepada orang lain. Dengan ini juga IbnuYusof sebagai penulis E-Book ini mendoakan agar segala ilmu yang anda pelajari melalui E-Book ini jadi berkat lagi mustajab, dan akan digunakan bagi tujuan kebaikan semata-mata dan mudah-mudahan segala amalan anda itu diberkati Allah. Amin.

Ikhlas dari,

IbnuYusof

*Mafhum Firman Allah:*

*Perempuan-perempuan itu ladangmu,*
*maka datangilah ladangmu sebagaimana kamu kehendaki*
*dan kerjakanlah (amalan) untuk dirimu.*
*Takutlah kepada Allah dan ketahuilah,*
*bahawa kamu akan menghadapiNya.*
*Dan berilah khabar gembira orang-orang yang beriman".*

*Surah Al-Baqarah - 223*

*Permata Yang Hilang*

*buat isteri disayang*
*sebuah puisi yang belum selesai*
*buat anak-anak yang dikasih*
*sebungkus bekalan buat ke ladang*
*buat segelintir pencari permata*
*yang tahu menilai cahayanya.*

"Jika kita bukan pelita yang mampu menerangi malam,
memadailah kita menjadi kunang-kunang
yang menemani di kegelapan".
-Madah Pujangga.

# *PENGHARGAAN*

*Diucapkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Khatib Tuan Hj Mohd Yusof, Senator Dato Hj Ahmad, Tuan Hj Abdul Aziz, Tuan Hj Jusoh, Tuan Hj Tajuddin, Tuan Hj Zakaria, En Hamid, En Mohd Fuad, En Mustaffa, En Abd Rahman, Ustaz Abdul Hamid, Ustaz Hj Omar, Tuan Hj Idris, Hjh Anis, Puan Selamah dan beberapa guru lagi yang telah sudi mengajarkan berbagai pengetahuan yang amat berguna bagi melengkapkan isi buku ini. Sesungguhnya jasa-jasa mereka tetap akan bermanfa'at kepada masyarakat dan dikenang zaman berzaman.*

*Setinggi-tinggi penghargaan juga kepada beberapa saudara dan rakan yang telah memberikan galakan, saranan serta kemudahan rujukan selama proses penulisan buku berlangsung dan sesungguhnya itu terbit dari perasaan yang tulus ikhlas demi faedah generasi yang kemudian.*

*Semoga kerjasama yang sedemikian dapat menjadi contoh kepada semua yang berilmu dan memanfa'atkan ilmu.*

*Ikhlas Dari,,*

***IbnuYusof***
*Permata Yang Hilang*

# Jadual Kandungan

# Bab Pengenalan

Meliputi muqaddimah, mengingati guru-guru yang telah mengajarkan, ringkasan buku, memahami apa dia Permata Yang Hilang, mengenai kitab yang terhimpun, konsep menuntut ilmu, sedutan kata dari Kitab An-Nikah oleh Imam Al-Ghazali, memahami bahawa perempuan itu untuk lelaki, faedah berkahwin, keperluan berkahwin dan matlamatnya dan liputan mengenai Ilmu Senggama bangsa Melayu secara umum.

# Muqaddimah

Assalamu 'alaikum Warahmatullah.

Permata Yang Hilang ialah sebuah buku yang mencatatkan satu ilmu yang biasanya dirahsiakan dan pada zahirnya ditanggap oleh moral tradisional sebagai sesuatu yang pada dasarnya buruk. Masyarakat Melayu sendiri menganggap hubungan kelamin sebagai sesuatu yang kotor, jahat, destruktif dan seolah-olah merupakan sifat perlakuan orang yang berdosa walaupun pada hakikatnya ia dilakukan dengan pasangan yang sah. Di Barat pun dunia tradisional pada umumnya memberikan konotasi jahat kepada segala sesuatu yang berkaitan dengan hubungan kelamin.

Golongan tua dari bangsa Melayu terutamanya yang mengutamakan menuntut ilmu secara berguru telah mempelajari dan mempraktikkan ilmu kelamin. Menurut yang dimaklumkan kepada penyusun ilmu- ilmu ini dipelajari secara lisan dari pak kiyai, imam, pak baji, orang tua yang beristeri ramai, tabib dan tukang urut, pawang dan bomoh atau bidan dan tidak kurang juga dari kenalan dan rakan sebaya. Ilmu yang dipelajari itu berbeza-beza pula bidang penekanannya. Bidang Munakahat adalah yang paling umum dan asas. Bidang Ilmu Jimak pula biasanya hanya diajarkan kepada mereka yang telah dikenali lama tetapi jarang sekali diajarkan oleh bapa kepada anaknya. Ada juga yang mempelajari Ilmu Kelamin terutamanya dari sudut perubatan tabib apabila terpaksa iaitu jika timbul masalah dari segi kesihatan tenaga batin atau telah berkahwin lama tetapi belum mendapat anak. Biasanya dalam hal ini ilmu itu dipelajari dari pawang, tabib, bidan dan tukang urut. Ada juga yang ingin belajar Ilmu Kelamin yang agak liar seperti cara memikat dan memukau wanita dan sebagainya yang biasanya mengandungi unsur khurafat.

Golongan muda pada zaman sekarang berlainan cara hidupnya. Masa dan peluang untuk mempelajari Ilmu Kelamin bila mahu mendirikan rumahtangga dari orang-orang tua Melayu adalah terhad kerana kesibukan tugas. Ramai anak-anak muda Melayu (Islam) lebih suka membeli buku-buku Seksologi hasil penulisan sarjana Barat kerana ianya mempunyai pendekatan yang didakwa lebih saintifik dan lebih sesuai dengan cara hidup zaman moden. Namun satu perkara yang elok difikirkan ialah bahawa bentuk rumahtangga di Barat itu amat berbeza dari bentuk rumahtangga di Timur dan apa yang diajarkan oleh Islam sendiri. Barat pula menghadapi masalah keruntuhan rumahtangga. Kegiatan seks liar juga berleluasa di sana.

Banyak buku telah diterbitkan di Nusantara berkaitan dengan hal kebahagiaan rumahtangga tetapi mencedok terus teori Barat. Dari segi Ilmu Nafkah Batin buku yang diterbitkan amat kurang dan jika ada sentuhannya hanya kepada beberapa segi secara ringkas. Atas kesedaran itu penyusun telah mengumpulkan fakta-fakta Ilmu Nafkah Batin Islam dan berbagai punca lain agar dapat dihasilkan sebuah buku yang membincangkan Ilmu Nafkah Batin secara agak terperinci. Dengan ini diharap dapat dinilai ketinggian taraf pendekatan Islam melalui kaedah perbandingan.

Nafkah batin secara umumnya bererti hak bersetubuh bagi isteri. Ia adalah antara tanggungjawab yang perlu dilaksanakan oleh suami apabila bernikah. Itulah asas pengertiannya. Secara perinciannya nafkah batin itu meliputi sedekah kepada hati, perasaan dalam hati, kepada jiwa bukan hanya kepada tubuh. Antara perkara yang juga termasuk dalam pengertian nafkah batin ialah menggauli isteri (dan suami) dengan baik dan mesra, bergurau senda, saling hormat menghormati, faham memahami, senyum dan ketawa riang, berbincang dan nasihat menasihati antara suami isteri. Itu semuanya menjadi santapan jiwa dan ianya telah dilakukan oleh Rasulullah s.a.w. dalam rumahtangga baginda sebagai contoh kepada umatnya.

Seorang penulis Islam telah mencatat "Namun memberikan nafkah batin bukanlah tanggungjawab suami saja. Malah merupakan tanggungjawab isteri (kepada suaminya)". Antara faktor penting mengapa manusia berumahtangga ialah mencari kebahagiaan dan kebahagiaan ialah rasa jiwa. Jalan kepada kebahagiaan itu ialah ketenangan jiwa atau batin. Di dalam rumahtangga nafkah batin itu diberi dan juga diterima. Ia adalah pergaulan yang baik serta lemah lembut Nafkah batin adalah antara santapan rohani. Santapan rohani lebih didambakan dari santapan jasmani dalam hal mencari kebahagiaan hidup.

Ramai manusia menganggap bahawa nafkah zahir menjadi jalan bagi pemuasan nafkah batin. Ianya tidak demikian malah nafkah batin itu yang menjadi jalan pemuasan nafkah zahir. Sekiranya suami dapat memberikan kemewahan material kepada isteri sedangkan dia tidak melayani isterinya dengan baik maka nafkah zahir itu dirasakan atau tiada mencukupi kerana batin tidak merasa puas. Begitu pula halnya dengan  suami kepada isterinya.

Jelas bahawa apabila disentuh mengenai nafkah batin, Seni Nafkah Batin adalah pengetahuan strategik bagi mempraktikkan pergaulan yang mesra dan lemah lembut dalam rumahtangga bagi kepuasan batin. Kepuasan batin adalah ketenangan. Ketenangan itu boleh dicapai melalui ibadah kepada Allah s.w.t. dan pergaulan yang baik dalam rumahtangga itu merupakan suatu ibadah juga.

Hubungan kelamin yang dilakukan dengan sempurna adalah satu jalan terbaik bagi kepuasan batin suami dan isteri. Ini kerana hubungan kelamin adalah kemuncak dari kemesraan yang dipupuk hari demi hari melalui kesetiaan, hormat menghormati, persefahaman, lemah lembut dan memenuhi tanggungjawab lainnya dalam rumahtangga. Dalam berusaha mencapai bahagia jangan lupa untuk berdoa ke hadrat Allah s.w.t kerana Dia yang berkuasa membalikkan hati serta menganugerahkan ketenangan dan kebahagiaan.

Demikian serba ringkas mengenai tujuan buku ini ditulis dan konsep nafkah batin serta hubungan kelamin. Semoga dengan penerangan ini pembacaan dan pemahaman keseluruhannya mengenai isi buku ini tidak menyimpang dari matlamat asas ianya disusun.

# Al-Fatihah

Mukasurat ini dikhaskan untuk kita mengingai kembali para ulama Islam yang gigih da lam mengajarkan ilmu yang diketahuinya kepada murid-muridnya khususnya dalam ilmu berumahtangga yang dicatat dalam buku ini. Pada asasnya buku itu berasal dari ilmu Allah s.w.t. kemudian diberitakan kepada Rasulullah s.a.w. menerusi Jibril a.s. Dari Rasulullah maka diajarkan kepada sahabat-sahabatnya. Paling banyak dari Ilmu Nafkah Batin diajarkan kepada Saidina ‘Ali k.w. iaitu sepupu baginda, menantu baginda dan juga Khalifah yang keempat. Kemudian dari itu diajarkan kepada pengikut-pengikut sahabat berterusan hinggalah ke zaman ini.

Sesungguhnya guru-guru yang mengajarkan ilmu-ilmu yang ada di buku ini tentunya amai ramai sekali dan bertali-tali zaman berzaman. Sayang sekali kita tidak dapat mengesani siapakah nama-nama mereka kesemuanya satu persatu hingga kepada Rasulullah s.a.w. Namun begitu melalui kesempatan ini hadiahkanlah Al-Fatihah kepada mereka semoga roh mereka dicucuri rahmat yang berpanjangan.

Semoga ilmu-ilmu pengetahuan yang berasal dari ajaran Islam dan tidak menyeleweng dari ajaran itu tetap diutamakan dan dipraktikkan dan semoga pewaris-pewarisnya mendapat limpah kurnia dari Allah dan diberkatiNya akan ilmu yang tersebut. Amin!

# Ringkasan Buku

Kebahagiaan rumahtangga adalah matlamat semua manusia. Bagi mencapai matlamat itu berbagai kajian, pendapat serta petua telah dikemukakan oleh manusia zaman berzaman. Semua itu amat berguna sebagai panduan bagi bakal pengantin juga bagi yang telahpun mendirikan rumahtangga.

Ilmu nafkah batin adalah satu ilmu yang luas. Ia bukan satu ilmu untuk keseronokan semata-mata tetapi adalah ilmu yang serius dalam usaha mencapai matlamat berumahtangga yang sebenar iaitu bagi melahirkan zuriat pengganti yang bakal memimpin. Ia tidak harus dianggap sebagai sesuatu yang kotor. Ilmu ini tidak harus diabaikan. Bagi menyelaminya ciri serta fungsi kejadian tubuh badan lelaki dan perempuan perlu diketahui dengan terperinci agar anggota yang digunakan bagi menjayakan nafkah batin dapat digunakan dengan berkesan. Kombinasi pengetahuan dari sumber Islam bangsa Melayu serta Barat dapat menolong pemahaman yang lebih jitu.

Perlakuan jimak dianggap oleh ramai orang sebagai perkara remeh yang tidak perlu dipelajari. Ini adalah anggapan yang salah. Sama ada dari segi Islam, bangsa Melayu atau seksologi moden telah dinyatakan bahawa ia adalah ilmu yang penting dipelajari. Dengan mengetahuinya maka nafkah batin dapat disalurkan dengan berkesan dan dihargai kerana mampu memuaskan naluri pasangan. Terdapat berbagai perkara, strategi serta rahsia jimak dari berbagai sumber yang patut dipelajari, dipilih mana yang sesuai serta diamalkan mana yang yang disukai. Yang paling penting ialah jimak menurut pendekatan Islam di mana ianya mempunyai berbagai kelebihan dan ganjaran.

Sama ada dari sumber tradisional atau moden berbagai teknik jimak telah diajarkan agar jimak itu dapat memberikan kepuasan, menjaga kesihatan tubuh serta bersesuaian dengan kemahuan diri atau pasangan. Ia juga dapat membantu menyelesaikan masalah pancutan mani terlalu awal serta ketidak-mampuan menerbitkan inzal isteri. Posisi jimak, teknik berdayung serta berbagai petua lain adalah penting diketahui bagi menawarkan berbagai pilihan kepada pasangan dan menyesuaikan dengan keadaan.

Kesihatan tubuh badan serta minda adalah perlu bagi membolehkan prestasi tenaga batin terjaga. Faktor asas yang memberi kesan langsung ialah nafas, makanan serta riadah. Ramai yang tidak sedar bahawa faktor-faktor ini menyebabkan perubahan emosi, prestasi fizikal serta kemampuan mengendalikan mental. Tanpa menjaga faktor asas prestasi tenaga batin akan menurun. Berbagai pengetahuan serta petua dari segi ini diharapkan dapat menolong mengekalkan atau menjaga prestasi tenaga batin. Masalah lemah tenaga batin adalah masalah yang membimbangkan suami isteri. Sebab dan cara mengatasinya penting untuk diketahui.

Hubungan kelamin yang baik adalah salah satu faktor terpenting keharmonian rumahtangga. Melalui isi buku ini pembaca diharap dapat menghalusi cara melakukannya dan menjayakannya.

# Permata Yang Hilang

Permata adalah batu yang berharga yang diikat pada cincin dan perhiasan-perhiasan lain. Ia mungkin intan, berlian, nilam dan yang sepertinya. Adiratna bererti permata yang mulia iaitu kiasan yang digunakan bagi perempuan yang cantik. Peribahasa Melayu berbunyi ‘Seperti cincin dengan permata’ bererti bersetujuan dalam segala hal atau berpadanan, sama cantik dan menarik. Peribahasa ‘Bagai menjaga permata intan semasa dicanai’ bermaksud kasih yang amat sangat seorang suami kepada isterinya atau isteri kepada suaminya. Hadiah tanda kasih suami biasanya akan bertatahkan permata. Tanda kasih yang tak kunjung padam. Tanda kasih selamanya.

Namun sayang pada masa kini ramai insan tiada menyedari bahawa permatanya telah hilang dari matanya. Maka permata hanya tinggal satu lagenda. Hubungan suami isteri tanpa permata ibarat pepatah Melayu ‘Permata di balas dengan senjata’ yang bererti kebaikan dibalas dengan kejahatan. Hubungan antara suami dengan isteri jadi hambar kerana apa yang diamalkan diambil dari tempat yang tidak sesuai’. Apa yang dilakukan tidak kena pada tempatnya ibarat kata orang tua-tua ‘Permata lekat di pangkur’.

Tidak benar perkahwinan itu satu penjara. Malah ia adalah satu perbendaharaan permata. Perkahwinan dianggap satu penjara bila matlamat perkahwinan hanya sebagai melepas dahaga. Ada sesuatu yang tidak kena apabila perkahwinan menuju keruntuhan. Mungkin antara faktor utama ialah hilangnya permata.

Demikian catatan yang berupa kiasan mengenai hal ehwal menjalin kemesraan di dalam rumahtangga. Permata Yang Hilang adalah nama khas yang penulis pilih untuk buku ini. Ia ibarat pengetahuan dalam seni nafkah batin yang diketepikan oleh golongan moden sebaliknya mereka telah menggunakan falsafah-falsafah seksologi Barat yang didakwa lebih saintifik dan praktikal. Pada hakikatnya seni nafkah batin Islam dan traditional mempunyai kecantikan, kehalusan dan juga manfa'at kesihatan. Inilah yang semakin hilang kerana ia tidak dipelajari, ia tidak dicari, ia tidak diajarkan dan ramai yang tahu mengenainya telah meninggal dunia. Pengetahuan ini amat penting sebagai satu dari senjata lelaki dan juga wanita dalam berusaha bagi mencapai kemesraan dan kedamaian dalam rumahtangga.

Ilmu nafkah batin Islam itu lebih tinggi dari Ilmu Senggama tradisional. Ilmu Senggama tradisional pula didapati lebih berseni berbanding seksologi moden. Ini bukan bererti seksologi moden itu tidak berguna tetapi ia tidak mencapai konsep pemberian nafkah batin yang mana tanggungjawab pemberian itu terletak di atas pundak para suami umat Islam. Seksologi moden tidak akan dapat menyelesaikan masalah keruntuhan rumahtangga di Barat inikan pula di Timur yang mana nilai budayanya pun sudah amat berbeza. Ada bidalan menyatakan ‘Antara kaca dan permata’ ia satu bidalan yang baik untuk direnungkan apabila seksologi Barat dipelajari dan ilmu nafkah batin yang lebih utama diketepikan sedang di situlah terletaknya permata yang hilang

# Kitab Yang Terhimpun

Ilmu nafkah batin bukanlah segala-galanya yang patut dipelajari oleh anak-anak muda. Ia hanya ranting dari pokok yang teguh iaitu Islam. Tiada yang dapat mengatasi panduan dari Al-Quran dan As-Sunnah dalam segala hal berkaitan dengan segala ilmu. Hakikat ini perlu disedari. Ilmu nafkah batin adalah rakan kepada Munakahat iaitu satu ilmu yang membincangkan perihal nikah kahwin dari segi matlamat, haluan dan cara serta hukum-hukum berkaitan dengan hubungan suami isteri. Ilmu Munakahat tidak dicatat secara terperinci di dalam buku ini maka dinasihatkan kepada pembaca agar mempelajari ilmu itu juga bagi melengkapkan pengetahuan mengenai hal ehwal berumahtangga.

Buku ini bersifat himpunan berbagai pengetahuan yang berkaitan dengan hal ehwal melakukan jimak sebagai tanggungjawab memberi nafkah batin secara lemah Iembut dan strategik sebagaimana yang diajarkan oleh Islam juga pendekatan tradisional Melayu, Cina, India serta lainnya sebagai menambah pengetahuan. Kemudian buku ini mencatat mengenai penjagaan kesihatan tubuh badan yang menjadi antara faktor utama menjayakan tugas pemberian nafkah batin. Dan dicatat juga berbagai pengetahuan lain mengenai petua, pantang larang serta kaedah-kaedah pengubatan tenaga batin. Beberapa praktis mistik dari segi berumahtangga dan dalam hubungan kelamin juga dicatat berserta hukumnya bagi menambah pengetahuan. Tetapi perlu disedari bahawa buku ini bukan merupakan jawapan kepada semua persoalan mengenai nafkah batin kerana ilmu ini amat luas. Namun isi buku ini diharapkan dapat memberikan maklumat asas yang penting diketahui dalam hal menjayakan tugas yang berkaitan. Ia juga diharapkan menjadi asas bagi mendalami lagi berbagai bidang yang ada di dalamnya dengan cara berguru dan rujukan.

Penulis cuba meminimakan pendapat sendiri dalam buku ini. Hanya akan diberikan pendapat jika perlu atau jika terdapat pendekatan lain yang menjadikan satu pendekatan itu agak bercanggah.

Segala apa yang berlaku di alam ini adalah berasaskan kepada prinsip sebab dan akibat. Dari prinsip asas ini banyak ilmu yang lahir khusus membincangkan tentang rahsia-rahsia kejadian alam. Hatta sains adalah juga ilmu yang berasaskan hukum ini. Apabila berlaku akibat manusia mencari sebab. Dari ketekalan sebab maka manusia meramal pula akibatnya. Pada hakikat yang sebenarnya sebab dan akibat adalah dalam ilmu Allah s.w.t. pencipta alam ini. Maka ilmu-ilmu firasat biasanya hanyalah falsafah dan tidak semestinya tepat.

Sains pula tidak akan sanggup memberi jawapan kepada semua persoalan ilmu. Ini kerana ada ilmu laduni yang merupakan ilham kepada para nabi serta wali. Ilmu-ilmu ini penuh rahsia dan tidak terdaya dibongkar menerusi kaedah ujikaji moden. Maka jika satu ilmu tidak dapat dikaji secara saintifik tidaklah bermakna ia tidak boleh diterima atau dipelajari langsung. Ilmu tidak terhenti kepada pembuktian saintifik semata-mata. Manusia diberikan hanya sedikit dari perbendaharaan ilmu. Hanya Allah Yang Maha Berilmu. Manusia disarankan berdoa agar ditambahkan ilmu sambil berusaha mencari.

# Menuntut Ilmu

Satu dari berbagai pendapat mengenai menuntut ilmu telah dicatat oleh Imam Al-Ghazali ahli falsafah Islam yang pernah hidup hampir 1,000 tahun lampau. Berikut adalah pandangan beliau:

Mencari ilmu adalah satu kedahagaan untuk mencari kebenaran yang tidak pernah puas. Maka dari itu perlulah diharungi gelombang pertarungan kepercayaan dan pemikiran di sesuatu zaman supaya dapat dicari kebenaran itu. Segala aliran falsafah dan segala mazhab ilmu kalam serta tasawwuf patutlah diselami. Ini semua adalah timbul dari perasaan syak terhadap segala sesuatu yang tidak meyakinkan. Masalah sebenar yang membimbangkan adalah masalah hakikat terutamanya apabila masing-masing ilmu manyatakan bahawa ia saja ilmu yang benar. Perselisihan umat di dalam agama kemudian perselisihan di dalam mazhab menyebabkan ramai yang tenggelam dan hanya sedikit saja yang selamat sedang masing-masing golongan menyangka dia sajalah yang selamat.

Ilmu dalam Bahasa Arab adalah berasal dari kata kerja 'alima yang bermakna mengetahui. Jadi, ilmu itu adalah masdar atau katabenda abstrak dan kalau dilanjutkan lagi menjadi 'alim iaitu orang yang tahu atau subjek, sedangkan yang menjadi objek itu disebut ma'lum bererti yang diketahui. Dalam proses perkembangan ilmu, ilmu dipakai untuk dua perkara iaitu sebagai masdar atau proses pencapaian ilmu dan sebagai ma'lum iaitu objek yang diketahui.

Ilmu sebagai proses pengetahuan (masdar) berpunca dari ilmu-ilmu deria (hissiyah) ilmu-ilmu akal ('akliyah) dan ilmu-ilmu laduni iaitu suatu ilmu yang langsung dari Allah tidak menerusi pancaindera ataupun menerusi akal. Mempelajari ilmu sebagai objek adalah kajian terhadap golongan batiniyah dan terhadap golongan falsafah.

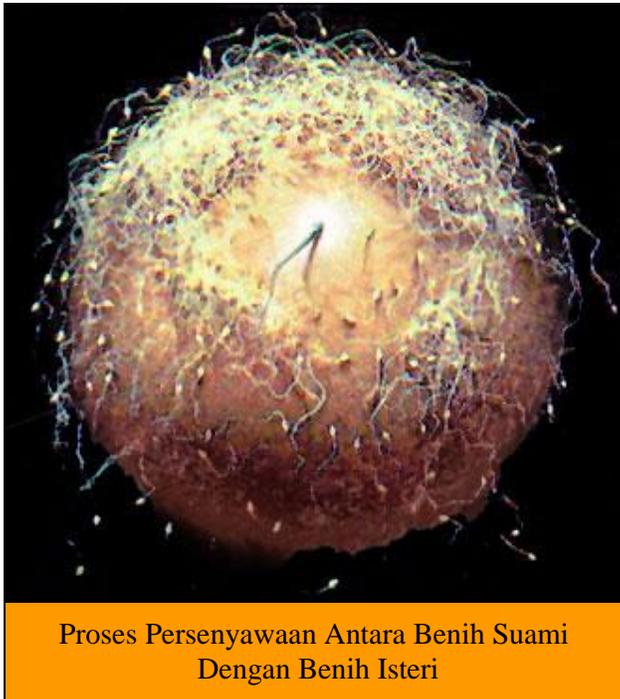
Al-Ghazali berkata "Ilmu yaqini adalah ilmu di mana yang menjadi objek pengetahuan itu terbuka sehingga tidak ada sedikitpun keraguan terhadapnya dan juga tidak mungkin tersalah atau sesat". Maka objeklif menuntut ilmu ialah hingga ke peringkat yaqini.

Berkenaan dengan ilmu sebagai proses pengetahuan ini patutlah diketahui bahawa hubungan antara deria dan akal itu ada dua segi. Pertama, akal harus membebaskan diri dari pengaruh deria dan angan-angan serta khayalan yang diakibatkan olehnya. Keduanya iaitu dalam masa yang sama akal juga memerlukan deria sebagai kuasa yang tunduk padanya sebagai mata-mata gelap sebab deria itulah yang membawa berita dari alam luar kepada akal kemudian akal meneliti dan menilai berita-berita itu. Ilmu laduni pula tidak datang menerusi akal atau pancaindera serta tanpa pembelajaran dan usaha. Ilmu ini hanya khusus untuk nabi-nabi dan wali-wali yang masuk dalam hati tanpa perantaraan, langsung dari Allah, seperti firman Allah “Dan Kami ajarkan kepadanya ilmu dari Kami” (Surah 18:66). Ilmu ini biasa juga disebut ilham. Cara sufiah adalah cara yang dilalui untuk mencapai ilmu ini.

# Sedutan Kata Imam Al-Ghazali

Segala pujian bagi Allah yang tidak dapat dicapai oleh panah kesangsian akan tempat tembus mengenai keajaiban perbuatanNya. Tidak kembalilah akal dari permulaan kejadiannya melainkan penuh dengan kegundahan dan kehairanan. Sentiasalah segala nikmatNya yang halus-halus kepada alam itu menampak di mana nikmat itu terus menerus kepada mereka dengan usaha dan pemaksaan.

Dan sebahagian dari nikmatNya yang halus mengkagumkan ialah menjadikan manusia dari air. Lalu menjadikannya berbangsa dan berkeluarga. DikeraskanNya kepada makhluk itu dengan keinginan yang memaksakan mereka kepada berusaha di mana dengan usaha itu secara terpaksa dan keras untuk mengekalkan keturunan mereka.

Proses Persenyawaan Antara Benih Suami Dengan Benih Isteri

Kemudian Dia membesarkan urusan keturunan itu dan dijadikanNya berbatas. Maka diharamkanNya berbuat jahat untuk menyebabkan keturunan itu. Dengan bersangatan sekali Dia menerangkan keburukan perbuatan jahat itu dengan gertak dan herdik. DijadikanNya perbuatan jahat itu dengan dosa yang keji dan perbuatan pahit yang harus dijauhkan. DisunatkanNya perkahwinan (nikah) digerakkanNya kepada bernikah kerana sunat dan perintah.

Selawat dan salam kepada Muhammad yang diutus dengan berita -berita herdik dan gembira. Dan kepada keluarga dan para sahabatnya dengan rahmat yang tidak sanggup dihitung dan dihinggakan. Dan berilah wahai Allah, kesejahteraan yang banyak. Sesungguhnya perkahwinan itu menolong kepada agama dan menghina kepada syaitan. Benteng teguh terhadap musuh Allah dan sebab untuk memperbanyakkan umat yang menjadikan kebanggaan Rasulullah.

Nota: Di zaman mutakhir ini ramai muda-mudi lambat berkahwin. Ada yang masih belajar dan ada juga yang lantaran sibuk bekerja menyebabkan jarang memikirkan mengenai keperluan dan manfaat bernikah cepat. Jika dapat mengawal diri dari bergaul secara bebas antara lelaki dan wanita, serta rajin berpuasa untuk mengekang gelojak syahwat maka itulah yang terbaik selama masih bujang. Tapi andainya sukar untuk melakukannya dan bimbang akan melakukan maksiat, eloklah berbincang dengan keluarga agar dapat bernikah segera dan berumahtangga serta beranak-pinak. Ini kerana nafsu syahwat adalah sesuatu yang sukar dikawal. Mengelakkan dari terlanjur adalah langkah yang terbaik.

# Perempuan Untuk Lelaki

Menurut sejarah penciptaan Hawa, ketika Nabi Adam a.s. tinggal di syurga baginda melihat bahawa setiap makhluk lain berpasangan sedang baginda kesaorangan. Timbullah keinginan baginda untuk mendapat teman pasangannya. Allah s.w.t. mengetahui isihati Adam a.s. lalu diciptakan Hawa sebagai teman penghibur Adam sebagaimana firman Allah yang bermaksud "Dialah yang menciptakan kamu daripada diri yang satu dan daripadanya Dia menciptakan isteri agar kamu merasa senang kepadanya". Fungsi sebenar perempuan diciptakan ialah untuk memberi kesenangan kepada kaum lelaki.

Wanita diperlukan oleh lelaki bagi menunaikan fitrah biologi. Nafsu kelamin perlu disalurkan kepada tempat yang wajar. Maka lelaki sanggup berusaha mendapatkan isteri halal tempat menghibur hati. Rugilah isteri jika dia lebih mementingkan kerja dari suami kerana ganjaran pahala melayani suami adalah besar dan melimpah.

Keinginan lelaki pada perempuan lebih besar dari keinginan perempuan terhadap lelaki. Lelaki mudah terangsang penglihatannya dan dari itu kaum perempuan wajib menutup aurat bagi mengelakkan berlakunya perkara yang buruk. Ciri pakaian ialah saiznya besar dan labuh, tidak menampakkan lekuk-lekuk badan, berwarna suram dan bebas dari memakai bauan harum. Aurat hanya boleh dilihat oleh suami dan bauan hanya boleh dipakai untuk suami.

Perempuan dicipta untuk kesenangan lelaki. Ini menjadikan satu lumrah bahawa lelaki yang biasanya mendahului untuk mengenali perempuan sedangkan perempuan menunggu-nunggu agar lelaki berminat mengenali lantas melamarnya. Sejak dari zaman dahulu perempuan diibaratkan sebagai bunga dengan seni dan mekarnya, sementara lelaki sebagai kumbang mencari-cari bagi menghisap madu bunga. Atas lumrah ini maka setiap lelaki dan wanita patut berhati-hati dalam berkenalan agar tidak terpesong ke kancah maksiat dan kehinaan.

Adat kesopanan Melayu yang sedia ada serta ajaran Islam membantu kaum lelaki dan perempuan dalam hal berkenalan secara yang baik dan bersopan. Ibu bapa Melayu lebih suka jika lelaki yang berminat melamar datang sendiri ke rumah agar mereka dapat berkenalan dengan bakal menantu mereka. Mendatangi rumah ibu bapa wanita adalah tindakan sopan dan sifat jejaka sejati. Ibu bapa tidak suka jika anak perempuan mereka dibawa ke mana-mana dengan bebas tanpa pengetahuan mereka kerana kesannya amat buruk kepada nama baik keluarga dan keselamatan seorang perawan.

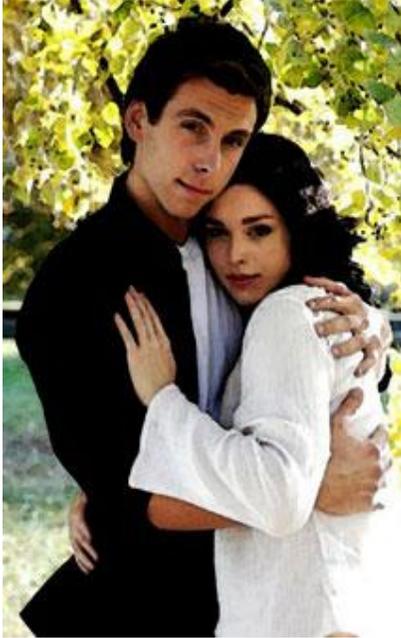
Jika lelaki berminat terhadap seorang perempuan tindakan untuk membawanya berjalan atau 'dating' bukanlah satu tindakan yang bijak menurut adab kesopanan bangsa serta agama. Itu juga bukan ciri jejaka yang berani dan bertanggungjawab. Lelaki patut berbincang dengan keluarganya sendiri mengenai perempuan yang ingin dilamar. Dengar nasihat orang tua. Kemudian mereka akan membantu dengan senang hati.

# Faedah Berkahwin.

Agama Islam menggalakkan umatnya bernikah mengikut selayaknya. Dorongan tersebut dinyatakan di dalam Al-Qur'an serta hadith. Hanya dengan nikah kahwin seseorang Islam itu mendapat kesempumaan dalam hidup, mencapai puncak segala kekayaan dan menjadi asas ketenteraman jiwa manusia. Faedah-faedah paling asas yang perlu diketahui ialah:

1. Menuju kebaikan. Digalakkan agar memilih isteri yang baik budi bahasanya, sopan santun dan baik keturunan agamanya. Firman Allah dalam Surah An-Nisa' Ayat 3 yang bermaksud : “Berkahwinlah kamu dengan memilih perempuan yang layak dan sesuai untukmu daripada perempuan-perempuan yang baik di antara kamu orang-orang yang beriman dan jika kamu mampu serta boleh kamu berlaku adil, berkahwinlah dua, tiga hingga empal sekalipun maka jika kamu takut tidak dapal berlaku adil, seorang isteri itu memadailah”.
2. Hidup bersuami isteri membantu penghidupan, beroleh berkat dan kekayaan, bukan kesusahan dan kepapaan. Firman Allah dalam Surah An-Nur Ayat 32 maksudnya: “Berkahwinlah dengan perawan daripada kamu dan teruna daripada golongan kamu ataupun dengan jariah-jariah kamu yang salihah, sekiranya kamu berada di dalam keadaan fakir mudah-mudahan kamu akan beroleh kaya dan berkat dari kurnia Allah”.
3. Berkahwin itu satu sunnah perjalanan hidup dan ia adalah satu bentuk kesopanan sejak dahulukala. Allah telah memberikan contoh perbuatan rasul-rasul di dalam Surah Ar-Ra'du Ayat 38 maksudnya : “Sesungguhnya kami telah mengutuskan beberapa orang rasul-rasul terdahulu daripada kamu serta kami perkenankan mereka itu beranak isteri”.
4. Isteri yang salihah sentiasa membawa keberkatan dalam hidup berumahtangga sebagaimana sabda Nabi s.a.w. bermaksud: “Berkahwinlah kamu kerana orang-orang perempuan itu boleh menolong menjayakan hal ehwal kehidupan kamu mencari rezeki”.
5. Segala pahala ibadat digandakan dengan berkahwin kerana mempunyai kesanggupan menunaikan suruhan berkahwin dan menunaikan tanggungjawab terhadap anak isteri sebagaimana sabda Rasulullah yang bermaksud : “Sembahyang dua raka’at orang yang telah beristeri itu keadaannya lebih utama daripada sembahyang tujuh puluh raka’at orang yang membujang tiada berkahwin”.
6. Menyalurkan nafsu syahwat pada jalan yang halal sebagaimana sabda Nabi yang bermaksud : “Apabila berkahwin seorang muda itu nescaya menjeritlah syaitan sambil ia berkata alangkah ruginya aku, sesungguhnya terpeliharalah orang muda ini daripada godaanku”.

# Keperluan Berkahwin Dan Matlamatnya.

Manusia dijadikan dari nafs (diri) yang satu kemudian dijadikan sebagai lelaki dan perempuan. Berpasangan. Prinsip berpasangan adalah prinsip sejagat. Semua makhluk itu dijadikan sedemikian oleh Allah Yang Maha Kuasa.

Berkahwin adalah antara keperluan paling asas hampir semua insan di dunia ini. Itu fitrah kejadian manusia. Kahwin dari segi Islam ialah perjanjian berkongsi hidup yang formal dan mengikat dua insan yang berlawanan jantina lelaki dan wanita melalui Sighah. Pasangan ini dinikahkan dengan rasmi. Lantas agama dan masyarakat mengiktiraf kebebasan pasangan ini untuk berkasih sayang dan bercinta mesra sesamanya sehinggalah ke tahap penyatuan batang tubuh secara rohani dan jasmani.

Tujuan atau matlamat berkahwin yang paling utama ialah untuk melahirkan anak-anak yang salih serta taat kepada perintah Allah. Anak-anak ini adalah pengganti ibu bapa mereka di dunia dan boleh mendoakan kesejahteraan ibubapa mereka di dunia dan akhirat.

Berkahwin adalah sunnah Rasulullah s.a.w. Baginda telah bersabda yang maksudnya : “Aku telah memilih tiga hal dari duniamu, minyak wangi, wanita dan solat adalah cahaya mataku”. Baginda juga telah bersabda yang maksudnya “Nikah adalah setengah dari iman, setengah lainnya adalah kesolehan Tiada alasan bagi mereka yang mengelak nikah kerana mungkin dia akan dirahmati dengan lahirnya seorang anak yang menerangi bumi dengan ucapan ‘Tiada Tuhan Melainkan Allah’ dan siapa yang percaya dengan sunnahku maka dia harus menikah”.

Berkahwin itu dipandang mulia dan digalakkan oleh syariat Islam bagi mengelakkan keruntuhan moral dan tatasusila. Ia bertujuan untuk keharmonian sejagat bukan hanya untuk keluarga yang berkaitan. Perkahwinan menghala kepada kesopanan serta kebersihan rohani dan jasmani. Dengannya maka keturunan menjadi biak. Diharapkan dengan itu setiap insan akan menyumbang untuk keamanan dan kemakmuran dunia.

Manusia tidak boleh hidup bersendirian. Nanti akan terasa amat sunyi dan hidup terasa tidak bermakna. Lelaki tidak akan sanggup untuk hidup meriah tanpa seorang isteri yang mencintainya di sampingnya dan apatah lagi bagi perempuan. Maka perkahwinan itu adalah satu amalan yang bertujuan untuk menggembirakan hati nurani. Dengan itu hati akan lebih tetap dan rajin untuk beribadah kepada Allah.

# Ilmu Senggama Bangsa Melayu

Bangsa Melayu dikatakan berasal dari keturunan Nabi Ibrahim a.s. Begitu menurut Ibnu Athir seorang ahli sejarah Islam terkenal di zaman lampau. Bangsa Melayu menurut beliau ialah Bani Jawi iaitu keturunan Ibrahim a.s. dari isterinya yang ketiga bernama Qatura. Bagi anak-anak dari keturunan Qatura ini baginda telah memerintahkan agar berpindah ke timur dengan memberikan bekalan-bekalan yang perlu bagi memulakan hidup baru maka mereka pun meninggalkan tanah Kanaan untuk berpindah ke timur.

Kemungkinan besar perpindahan demi perpindahan telah berlaku akibat berbagai sebab. Dikatakan juga bahawa bangsa Melayu pernah menduduki Tibet dan telah menamakan Himalaya yang mana di dalam bahasa Sanskrit ia bermakna Gunung Melayu. Perkara ini berlaku lebih dari 2000 tahun yang lampau. Dikatakan juga bahawa bangsa Melayu yang tinggal di banjaran gunung itu telah berpindah pula ke selatan akibat dari peperangan demi peperangan yang berlaku di tanah besar Cina serta India dan akhirnya mereka menempatkan diri di selatan Thai serta Semenanjung Tanah Melayu. Ini adalah kisah perpindahan mengikut jalan darat.

Terdapat juga keturunan dari Kanaan ini yang datang mengikut jalan laut iaitu mengikuti seorang raja yang bernama Mus belayar ke timur dan mendarat di Palembang, Sumatera. Di sana terdapat bukti kedatangan beliau bersama rombongannya di mana sebuah sungai telah dinamakan sebagai Sungai Musi yang bererti Sungai Mus Punya.

Dikatakan bahawa Nabi Ibrahim a.s. itu melahirkan tiga keturunan yang besar. Pertama ialah bangsa Arab dari keturunan anaknya Ismail a.s., kedua ialah bangsa Israel dari keturunan Ishak a.s. dan ketiga ialah bangsa Melayu (Bani Jawi) dari keturunan anaknya menerusi perkahwinan dengan Qatura. Sejak dari zaman dahulu lagi orang-orang Arab memanggil kepulauan Tanah Melayu ini sebagai Tanah Jawi. Bani itu bererti anak- anak atau keturunan sebagaimana juga nama Bani Lavi (Levi) dari puak Israel.

Bangsa Melayu telah melalui berbagai pengalaman semasa perpindahan dari satu tempat ke satu tempat. Kaumnya pun telah menganut berbagai-bagai agama bermula dari syari'at Ibrahim a.s., Hindu, Buddha, Kristian dan Islam. Kebanyakan dari ilmu pengetahuan bangsa Melayu mempunyai perkaitan yang rapat dengan pengetahuan bangsa India, Cina dan Jepun. Contohnya dari segi ilmu jimak praktik meletakkan kain putih di bawah pengantin perempuan pada malam penama perkahwinan lelah dipraktikkan oleh bangsa Cina dahulukala. Banyak pantang larang yang berkisar disekitar ilmu jimak Melayu juga mempunyai persamaan dengan apa yang diajar oleh bangsa India dan Cina. Asal usul setengah-setengah dari praktik ini dipercayai berasal dari India menerusi ajaran Hindu dan Buddha. Kemudian dari kerajaan Sri Vijaya Budi Dharma (seorang Melayu) telah pergi pula ke Cina dan Jepun bagi mengembangkan ajarannya termasuklah bidang persilatan.

Kedatangan Islam menerusi saudagar-saudagar dari Hadramaut dan juga pengajaran dari Wali-wali Sembilan membawa fokus dakwah dari segi ilmu-ilmu mistik bagi menarik penganut-penganut Hindu pada masa itu yang tebal dengan ilmu mistik bagi memeluk Islam. Pernah dikatakan terjadi pertentangan ilmu antara Wali Sembilan dengan Ketua Sami yang bertapa dan berakhir dengan kematian Sami tersebut. Wali Sembilan juga dikatakan telah membina sebuah masjid dengan bertiangkan habuk-habuk kayu yang dijadikan tiang menerusi pengetahuan mistik. Dari cerita-cerita inilah kemungkinannya maka banyak ilmu yang berkaitan dengan perkara ghaib dikaitkan dengan Wali Sembilan walaupun sebenarnya mungkin ilmu tersebut berasal dari ajaran Hindu atau Buddha. Saudagar-saudagar yang datang dari Hadramaut telah membawa ilmu-ilmu yang berasal dari jalinan budaya Hindu, Buddha, Islam dan budaya Arab, Israel, Rom dan Khurasan. Jalinan ini kelihatannya lebih menekankan cara jimak Islam sedangkan praktik lain seperti ubat-ubatan dan sebagainya mempunyai pengaruh dari agama Hindu serta Buddha.

Berkemungkinan besar bahawa praktik senaman dalam Ilmu Senggama Melayu adalah berasal dari pengaruh Hindu. Ini kerana terdapat banyak persamaan dari segi posisian senaman tersebut serta praktik pernafasan semasa senaman itu dijalankan. Didapati bahawa terdapat juga Ilmu Nafas di dalam kitab-kitab Melayu dan ini juga didapati mempunyai pengaruh dari Ilmu Yoga dari agama Hindu.

Sekiranya pembaca belajar Ilmu Senggama Melayu dari seorang dukun atau bomoh atau pawang kemungkinan besar dia akan menyatakan bahawa ilmu tersebut diajarkan menerusi ilham atau oleh para jin terutamanya dari segi senaman tenaga batin. Ada antara mereka yang mendakwa berkahwin dengan orang bunian (jin). Walau bagaimanapun buku ini mempunyai fokus yang lain, ia lebih menekankan mengenai tanggungjawab bagi menjayakan perlaksanaan Nafkah Batin kepada isteri dan ini berlandaskan kepada apa yang diajarkan oleh agama Islam. Pengetahuan jimak dari bangsa dan agama lain dicatatkan sebagai menambah pengetahuan dan membuat penilaian. Beberapa praktis mistik juga dicatatkan bagi menambah pengetahuan saja. Kesemuanya ini bertujuan bagi memberikan gambaran yang agak menyeluruh mengenai apa yang diajarkan oleh orang-orang Melayu dahulu dalam konteks Ilmu Senggama ini.

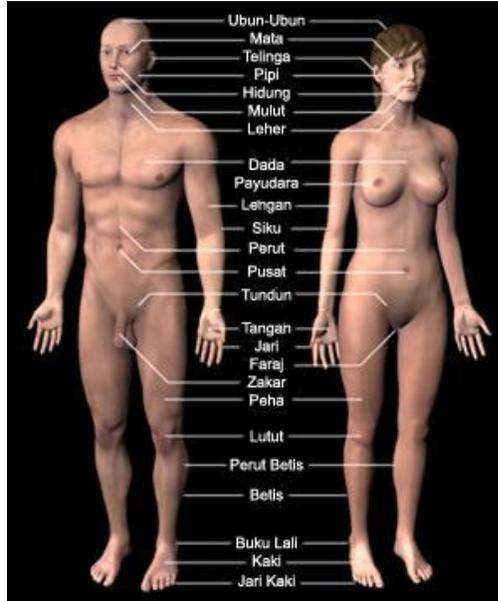
Nasihat penulis kepada pembaca ialah tumpukan perhatian kepada tertib-tertib jimak cara Islam di buku ini kemudian bandingkan dengan apa yang diajarkan oleh bangsa dan agama lain. Dengan itu akan dapat pembaca menyedari akan kelebihan pendekatan Islam. Ilmu-ilmu firasat yang dicatat di dalam buku bukan untuk dipraktikkan. Islam melarang penggunaan firasat dalam memilih pasangan hidup.

# Bab Fenomena Anggota Kelamin

Meliputi faedah mengetahui anggota jimak, mengetahui asal usul kejadian manusia, mengenal empat unsur kejadian manusia, antara lelaki dan wanita, mengenali perempuan dan jimak, mengenal apa itu faraj serta bahagian zahir dan yang didalamnya, hakikat selaput dara dan bentuknya, mengenal urat jarum, ilmu kemutan faraj untuk isteri, mengenal ghairah faraj, mengenal payudara, mengetahui nafsu jimak seorang perempuan, rahsia Makam Yang Lima serta logiknya, rahsia bahagian yang kiri tubuh isteri, zakar seorang lelaki, agar zakar sentiasa bertenaga dan bertindik zakar.

# Faedah Mengetahui Anggota Jimak

Apabila dikatakan anggota jimak ramai orang akan menganggap bahawa itu bermaksud zakar dan faraj. Anggapan itu adalah tidak tepat kerana anggota jimak tidak terhenti kepada dua anggota itu saja. Ia meliputi keseluruhan tubuh badan manusia yang zahir dan yang tersembunyi. Otak dan perasaan adalah juga anggota jimak. Telaga Kalkautsar iaitu istilah yang biasa digunakan oleh orang tua-tua Melayu bagi langit-langit tekak adalah juga anggota jimak. Besi Khursani iaitu istilah yang secara umumnya bermaksud tenaga batin yang berada di dalam badan manusia adalah juga anggota jimak.

Pada tubuh badan suami mahupun isteri itu terdapat lubuk-lubuk di mana rangsangan dilakukan sebelum istimta, ketika istimta, semasa jimak dan setelah jimak. Ini termasuk juga penglihatan dan pendengaran, lubuk-lubuk keghairahan seperti telinga, mulut, kerongkong, tengkuk, celah peha, daging manis di pinggang, puting payudara, ibu jari kaki dan lainnya termasuk zakar dan faraj. Maka jika dianggap bahawa hanya zakar dan faraj saja sebagai anggota jimak ia adalah anggapan yang sempit.

Mengetahui anggota jimak mempunyai faedah yang besar. Dengan itu akan dapat difahami akan tugasnya dalam menjayakan jimak yang berkesan. Sifat-sifat anggota jimak dan kaedah bagaimana ianya boleh dirangsang dan merangsang perlu diketahui agar suami boleh memberikan kenikmatan dan inzal kepada isteri. Isteri pula mampu melayani suami dengan baik.

Seksologi Barat membincangkan mengenai anggota jimak dari sudut moden. Namun begitu ada antara anggota jimak tidak menjadi fokus di Barat dan hanya diketahui oleh Islam atau masyarakat Timur. Beberapa contoh ialah Makam Yang Lima, fungsi dan kelebihan Biji Zakar, fungsi dan kelebihan Urat Jarum, kaedah- kaedah rangsangan Istimta' yang bertertib serta penuh rahsia, Tiga Lubuk Nafsu, Rahsia Peredaran Mani (Nafsu) menurut Islam dan sebagainya.

Pengetahuan yang agak terperinci mengenai hal ini menjadi asas bagi menjayakan jimak dengan berkesan tanpa menyakiti perasaan pasangan. Faktor ini penting kerana jimak bukanlah bertujuan bagi memuaskan syahwat diri semata-mata. Nafkah batin perlu diberikan dengan baik, lemah lembut dan bertertib serta sesuai dengan masa dan tempatnya. Seperti kata orang tua-tua Melayu nafkah batin itu seolah-olah mencari lauk-pauk kepada isteri, pertamanya perlu diketahui kesukaannya, keduanya perlulah dirancang agar tidaklah hanya mencari lauk yang serupa setiap hari kerana ia menjemukan.

# Asal Usul Kejadian Manusia

Di sini dicatatkan secara ringkas tentang kejadian manusia bagi renungan dan bagi memahami secara keseluruhan tentang ilmu jimak. Catatan ini adalah rangkuman ilmu kejadian dari perspektif Islam.

Manusia adalah keturunan Adam a.s. dimana secara zahirnya adalah hasil dan hubungan kelamin atau jimak sedang secara batinnya adalah atas kekuasaan Allah s.w.t. Wanita pertama dijadikan ialah Hawa isteri kepada Adam. Adam itu dijadikan daripada tanah dan terdapat empat unsur alam pada tubuh Adam dan keturunannya iaitu tanah, air, api serta angin. Perkembangan zuriat terjadi dari nutfah yang tumpah pada rahim dan menjadi janin. Adam ditempa dari tanah yang ada dibumi dari berbagai jenis tanah yang terpilih dan kemudian ditiupkan rohnya ke tubuhnya. Keturunan Adam adalah juga berpasang kejadiannya iaitu tubuh sebagai unsur zahir dan roh sebagai unsur yang tiada kelihatan.

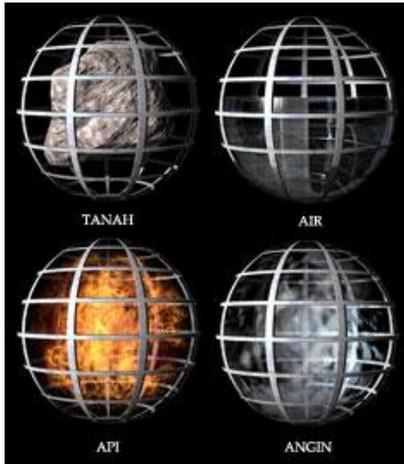
Manusia itu dijadikan supaya mengenal Allah dan menyembahNya. DijadikanNya manusia kemudian dimatikan dan dibangkitkan kembali di akhirat untuk hidup kekal buat selama-lamanya. Semua anak Adam dilahirkan di bumi keturunan demi keturunan.

Kejadian manusia dan segala makhluk lain juga adalah berpasangan kesemuanya. Ini termasuklah apa-apa yang ada dalam bumi, pada diri manusia dan pada perkara-perkara yang tidak diketahui oleh manusia. Dengan sifat yang berpasang ini jugalah lelaki itu memerlukan seorang isteri sebagai teman hidup dan bagi melahirkan anak-anak sebagai pengganti.

Manusia dijadikan berpasangan lelaki dan perempuan untuk kenal mengenal dan berkasih sayang lantas berkembang biak. Kejadian lelaki dan perempuan adalah sedikit berbeza dari sudut fizikalnya serta juga kemampuannya. Lelaki itu dijadikan untuk menjadi ketua kepada keluarganya dan dialah yang memimpin isterinya. Dijadikan tubuh lelaki dan wanita itu dengan fungsi yang tersendiri dan khusus. Dari segi kelaminnya wanita itu dijadikan lengkap dengan rahim bagi mengandungkan janin. Janin terbentuk hasil dari tumpahnya nutfah ke dalam rahim menerusi hubungan kelamin. Hubungan kelamin ialah khusus dilakukan menerusi zakar dan faraj. Maka tempat yang menjadi pakaian zakar ialah di faraj bukan di dubur isteri. Sekiranya insan melanggar fitrah ini maka layaklah dia menemui kehancuran sebagaimana matinya manusia akibat hilangnya daya ketahanan melawan penyakit (AIDS).

Adalah penting bagi golongan muda menyedari tentang manusia dan fitrah kejadiannya agar tidak menyimpang dari apa-apa yang telah dikhaskan untuk manusia itu menerusi apa yang ada di tubuhnya serta fungsi-fungsi yang sewajarnya. Perlu juga diingat bahawa setiap sesuatu ada pasangannya, penyakit ada ubatnya, berbuat baiklah dalam semua keadaan, hatta dalam hal jimak. Nafsu itu boleh membawa kehancuran jika tidak dibendung oleh akal yang ingat kepada Allah.

# Empat Unsur Kejadian Manusia

Manusia dijadikan oleh Allah s.w.t. dari tanah. Tanah itu adalah unsur yang terpilih daripada empat unsur kejadian kerana sifat tanah yang lebih merendah diri berbanding unsur yang lain. Dalam membicarakan mengenai manusia maka adalah paling wajar dibicarakan mengenai unsur kejadiannya agar akan lebih difahami akan sifatnya.

Di dalam Kitab Tajus Salatin sebuah kitab yang diterjemah oleh Orang Melayu dari bahasa Parsi pada awal abad ke 17 dicatatcan bahawa: “Telah dijadikan keadaan menusia itu daripada empat perkara yang berlainan perinya dan dikatakan Anasir Arba’ namanya dan suatu daripada empat perkara itu melawan akan sesuatu seperti tanah dan air dan angin dan api”. Di dalam kitab yang lain contohnya dalam Kasyaful Ghaibiah dikatakan bahawa Adam itu dijadikan dari tanah yang terpilih, air, api dan angin.

Pengetahuan bahawa manusia itu dijadikan dari empat unsur telah lama wujud di bumi ini dan ia dikuatkan lagi oleh ajaran Islam. Doktrin empat unsur ini dikatakan telah dikesan dalam ajaran-ajaran ahli falsafah Greek kuno seperti Hippocrates diikuti oleh Plato dan selepas itu dikembangkan lagi oleh Galen serta ahli falsafah yang lain. Dikatakan bahawa tubuh manusia itu terdiri dari empat anasir iaitu udara, api, air dan tanah, dengan empat ‘kualiti’ berhubungan dikelompokkan sebagai sejuk dan panas, kering dan basah. Doktrin yang sama juga di dapati di dalam agama Hindu, dalam ajaran Yin Yang Cina dan dalam praktik Shiatsu Jepun. Menurut Dr. John D. Gimlette, doktrin tentang empat anasir ini telah diikuti hingga kini di serantau Asia dan ini bukti bahawa ia adalah ilmu yang tua.

Newbold telah membuat kajian tentang perkara ini beliau pula menyatakan bahawa menurut masyarakat Melayu ‘Dengan anasir inilah berkaitnya empat rasa iaitu jiwa atau roh dengan udara, cinta dengan api, syahwat dengan tanah dan kebijaksanaan fikiran dengan air’. Ilmu tentang empat anasir ini menjadi asas kepada praktik ilmu Tabib Melayu. Di dalam kitab Tib Ubat dinyatakan juga perkara yang serupa. Empat anasir itu dikatakan mempunyai tabiatnya pula iaitu sejuk (udara), haba (api). kering (tanah) dan basah (air). Dari segi itu pula dipecahkan bahawa terdapat 9 jenis tabiat manusia, pertama; tabiat yang seimbang atau satu campuran ‘kualiti’ yang sempurna kemudian empat tabiat yang tidak seimbang tetapi mudah caranya iaitu panas, sejuk, kering dan basah. Dari sini berkembanglah ilmu tabib yang disasarkan ubatnya dari punca-punca penyakit bersebab dari empat anasir.

Pengajaran tentang perkara tersebut berkait pula dengan sifat manusia. Dikaitkan panas dan kering itu dengan sifat bersegera. Sifat bercita-cita dan ‘ada angin’ itu dengan panas serta basah. Sifat muram dan rendah diri itu dengan dingin serta kering dan sifat lambat dalam kerja atau merasa atau dalam menunjukkan emosi dan keinginan itu dengan sejuk dan basah).

# Antara Lelaki Dan Wanita.

Manusia dijadikan oleh Allah s.w.t. secara berpasangan terdiri dari jenis lelaki dan perempuan. Kelainan jenis ini membuatkan perlu bagi setiap diri mereka mengenali sifat, kehendak dan juga kesukaan mereka sendiri dan juga jenis pasangan mereka.

Jenis yang berpasangan ini akan bertemu apabila sampai di ambang perkahwinan. Pertemuan itu adalah satu pertemuan yang amat intim dan mesra, lebih intim dari persahabatan sesama lelaki atau antara saudara mara mahupun antara si anak dan ibu. Ini kerana pertemuan ini mempunyai fenomena yang menyelami aspek yang tidak pemah diselami dalam hubungan persahabatan biasa iaitu perlakuan jimak.

Tidaklah dapat dinafikan bahawa intimasi itu akan hanya dapat dicapai melalui tingkat kenal mengenal yang tinggi mengenai sifat dan kemahuan antara pasangan itu. Tidak juga cukup untuk lelaki sekadar mengetahui bahawa wanita itu dijadikan untuknya dan dari itu adalah haknya. Tidak juga lengkap sekiranya lelaki hanya dapat kenal pada tubuh wanita tanpa mengenali tentang sifat dan kemahuan tubuh itu serta rahsia mengenainya. Lelaki perlu tahu tentang peranannya berkaitan dengan tubuh pasangannya itu kerana dialah yang akan memimpin tubuh tersebut dalam kehidupan berumahtangga.

Beberapa orang penulis di Timur dan juga di Barat pada zaman ini telah mencatat bahawa antara sebab mengapa isteri berlaku curang dan berlakunya keruntuhan rumahtangga ialah kerana suami tiada tahu cara jimak yang betul dan isteri pula tidak pandai melayani suami yang berhajat. Zaman moden penuh dengan pancarobanya, godaan banyak, mudahlah tergoda jika iman tipis dan fikiran dangkal. Orang Islam dan orang Timur tidak sesuai belajar teknik seksologi Barat kerana Islam ada peraturannya dan bangsa ada adat resamnya yang tersendiri dan kukuh terjalin. Maka jika tahu cara jimak Barat tetapi tidak tahu konsep Nafkah Batin Islam maka isteri boleh juga menjadi curang. Bukti tentang perkara itu berlaku sentiasa di Barat. Setiap dari pasangan mencari ‘daging mentah’ di luar rumah jika saja mendapat peluang. Dari segi Islam itu dihukumkan zina.

Pernah ahli seksologi Barat membuat kajian di sana bahawa sebahagian besar dari isteri di Barat itu tidak pernah mencapai inzal atau tidak tahu apa itu rasa inzal walaupun telah berkahwin bertahun-tahun. Mengapakah perkara ini terjadi di tempat yang kaya dengan pengetahuan seperti itu? Ertinya ada sesuatu yang tidak kena pada apa yang mereka ketahui dan amalkan.

llmu Nafkah Batin Islam menawarkan jalan terbaik bagi mengatasi masalah seperti ini. Nampaknya llmu Sengama Melayu pun lebih baik dari seksologi Barat dari segi kehalusan cara dan kemesraannya. Keluarga orang-orang Melayu dahulu (setelah Islam) hidup dalam aman bahagia, mempunyai anak yang cukup ramai dan jarang sekali bereerai berai melainkan cerai mati. Dimanakah letaknya permata? Di Timur atau di Barat?

# Kejadian Wanita

Seorang lelaki yang bakal menjadi suami patutlah mengetahui kejadian tubuh wanita dan sifat-sifat mereka. Kejadian wanita itu tidak sama dengan kejadian lelaki dari aspek-aspek berikut:

1. Susunan badan wanita hampir sama dengan susunan badan kanak-kanak menyebabkan wanita itu berperasaan yang keras, mudah terpengaruh oleh peristiwa suka duka, khuatir dan lainnya. Kenangan akan mempengaruhi emosinya agak lama. Emosi yang lebih kuat pada wanita adalah sifat yang sesuai untuk mendidik anak-anak.
2. Kepala wanita dewasa lebih kecil daripada lelaki. Ini tanda bahawa akal wanita kurang dari akal lelaki. Pada lelaki itu banyak kecerdikan dan kecerdasan. Pada wanita lebih banyak keributan dan kekacauan. Perasaan wanita jauh lebih lemah.
3. Kulit daging wanita umumnya halus dan lunak, dagingnya lemah, hujungan daging lembut, penghujung urat juga lebih lembut. Hubungan urat dengan daging adalah amat lemah serta tipis seratan dagingnya.
4. Tulang wanita terutamanya tulang dada dan punggung adalah berlainan dari lelaki. Kejadian tulang itu agak menyulitkan wanita berjalan mengakibatkan wanita berjalan dengan cara atau lenggok tertentu.
5. Anggota tubuh wanita mengandungi banyak halia. Di dalam halia terkandung banyak lemak. Maka pada tubuh wanita didapati banyak mengandungi lemak dan lebih sejuk.
6. Saluran darah serta urat saraf wanita lebih kecil dan sempit. Ini menyebabkan kumpulan urat saraf wanita lebih mudah dari segi kejadiannya dan lebih subur.
7. Rambut wanita lebih subur dan ini menyebabkan rambut boleh tumbuh dengan panjang dan lebat sebagai pasangan kepada akalnya yang pendek.
8. Wanita mempunyai sifat yang suka menunjuk- nunjuk akan rupa parasnya dan bentuk badannya. Suka dipuji akan kecantikkannya dan suka menghias dirinya untuk mendapatkan pujian. Maka wanita yang soleh adalah lebih baik dipilih menjadi bakal isteri agar sifat-sifat ini hanya ditonjolkan kepada suaminya saja.
9. Wanita akan melakukan apa saja kerana perasaan sayangnya kepada suaminya dan anaknya. Perasaan ini biasanya perlu dinasihati oleh suaminya kerana akan cenderung bagi isteri itu terlalu memanjakan anak atau terlalu mengambil berat tentang hal ehwal suami yang membuatkan suami berasa kurang senang. Namun itu dilakukan atas perasaan sayang.

# Perempuan Dan Jimak

Catatan ini beriujuan untuk memberi kesedaran kepada kaum lelaki agar tidak hanya mementingkan diri sendiri ketika jimak tanpa menimbangkan kejadian tubuh dan jiwa isterinya.

Perempuan itu dijadikan sebagai leman lelaki iaitu untuk berpasangan dengan lelaki. Suami sebagai pakaian kepada isteri dan begitulah juga sebaliknya. Semua makhluk dijadikan berpasang-pasang. Ini dinyatakan secara jelas di dalam Surah Yaasin Ayat 36. Maka lelaki itu memerlukan perempuan dan begitu juga sebaliknya. Jika tanpa perempuan, lelaki itu secara adatnya sukar menjalani hidupnya dan lelaki semata-mata tidak boleh melahirkan zuriat kerana itu adalah tugas yang dikhaskan untuk perempuan.

Hubungan kelamin adalah satu tugas yang merupakan ibadah. Suami dan isteri sama-sama mendapat ganjaran pahala semasa jimak jika ia dilakukan dengan cara yang halal. Hubungan kelamin adalah satu-satunya jalan adat bagi mendapatkan zuriat. Selain merupakan satu tugas, manusia dikurniakan satu nikmat kesedapan apabila mengadakan hubungan kelamin. Faktor ini menyebabkan manusia tidak jemu mengulanginya. Lelaki suka kepada hubungan kelamin begitulah juga dengan kaum perempuan. Tetapi perlu difahami bahawa jimak itu menyebabkan isteri berada di dalam kepayahan, bukan satu kepayahan tetapi beberapa peringkat. Pertamanya, isteri payah kerana terpaksa melayani kehendak suami walaupun dia letih. Keduanya, isteri akan merasa sukar bernafas, sukar berfikir, sukar menahan perasaannya ketika jimak, keadaan ini menjadikannya serba salah kerana secara fitrahnya dia dijadikan malu terhadap semua lelaki termasuk juga suaminya. Ketiga, anggota badannya akan sakit-sakit dan sengal apabila melahirkan anak. Keempatnya, dia akan merasa sakit apabila melahirkan anak. Kelima, dia akan merasa jerih payah bila membesarkan anak, bersengkang mata dan mendidiknya agar anaknya menjadi manusia soleh Menyedari tentang kepayahan ini suami sepatutnya bertimbangrasa kepada isteri dalam jimak.

Allah s.w.t. telah mengurniakan 99 bahagian kenikmatan kepada kaum perempuan apabila ia disetubuhi oleh suaminya. Maka jika suami dapat menjimak isterinya dengan baik ini dapat membangkitkan kenikmatan itu dan mengimbangi kepayahan yang dirasai oleh isteri apabila melakukan tugasnya sebagai pakaian suami. Bila isteri mahu memakai suaminya maka suami patut melayaninya pula.

Sepatutnya kenikmatan atau kepuasan suami dalam jimak bergantung kepada sama ada isterinya mendapat kenikmatan dan kepuasan. Ini kerana jimak itu tugas saling memberi dan menerima antara dua hati. Menjimak isteri tidak semestinya memberikan kenikmatan kepadanya mungkin dia merasa sakit atau tidak puas tetapi dia malu untuk menyatakannya. Maka suami patut mengetahui dengan terperinci mengenai rahsia-rahsia tubuh isterinya dari berbagai segi bagi mengatasi masalah-masalah yang disebutkan. Dengan itu maka jimak akan dapat dilakukan dengan lebih adil dan bertanggungjawab bukan sekadar memuaskan nafsu sendiri atau menunjuk kegagahan.

# Mengenal Faraj

Istilah-istilah yang penting pada bahagian-bahagian luar faraj perlu diketahui oleh setiap lelaki sebagai asas bagi mengetahui akan cara merangsangnya dengan baik ketika jimak. Berikut dicatatkan mengenai bahagian- bahagian yang tersebut mengikut ilmu Barai dan Timur.

Faraj adalah dari perkataan Arab bererti kemaluan hadapan bagi wanita. Ia juga dikenali sebagai qubul. Bangsa-bangsa lain memanggilnya dengan berbagai nama sama ada secara khas atau secara ibarat.Fungsi Faraj yang utama ialah:

1. Bibir Luar atau Pintu Faraj atau Labia Majora.

   Ia adalah daging kembar sebelah luar yang ditutupi bulu ari-ari. Berfungsi menutupi lubang faraj ketika tidak berjimak dan merasai sentuhan buah zakar ketika perlakuan jimak. Bahagian ini mempunyai deria rasa seperti kantung zakar lelaki.

2. Bibir Dalam atau Daud Keladi atau Labia Majora.

   Bahagian daging kembar sebelah dalam. Ia berada di antara dua bibir luar dan bersambung dengannya. Ia meliputi urat jarum dan purana. Amat peka kepada sentuhan. Berfungsi merasai batang zakar semasa jimak. Bahagian dalamnya diselaputi mazi apabila ghairah. Mazi itu keluar dari dalam bibir luar iaitu dari kelenjar Bartholin. Biji Purana itu seperti pucuk keladi. Ia berada di bahagian atas bibir dalam dan adalah bahagian yang paling menonjol pada bibir dalam.

3. Biji Purana atau Biji Keladi atau Clitoris.

   Ia daging kecil sedikit menonjol di atas purana dan ditutupi oleh daging purana. Ia adalah hujung urat jarum. Sangat peka kepada sentuhan dan menimbulkan ngilu. Deria rasa padanya adalah seperti kepala zakar yang kecil.

4. Urat Jarum atau Urat Purana.

   Ia adalah urat kecil yang berakhir pada biji purana. Ia adalah urat yang mengalirkan darah ke purana dan mengambil signal rangsangan seluruh purana. Ia bersifat seperti batang zakar yang kecil dan akan membesar apabila ghairah. Jika ia dirangsang dengan betul maka wanita boleh mencapai inzal.

5. Lubang Faraj atau Lubang Rahim atau Vagina.

   Ia adalah tempat di mana zakar akan dimasukkan. Pada dindingnya mempunyai perasa-perasa dan mengeluarkan mazi baginya mengurangkan geseran zakar dan kepala zakar. Ia juga ada mempunyai otot-otot cincin bagi mengembang dan menguncup lantas boleh mengemut batang zakar. Dengan otot- otot ini juga maka lubang faraj boleh menyesuaikan diri dengan apa saja saiz zakar. Di dalamnya juga mengalir mazi dari rahim.

# Bahagian Zahir Faraj

Biji Purana

Satu daging yang sedikit menonjol yang ada di hujung urat jarum dan ia amat peka kepada sentuhan.

Urat Jarum

Satu urat yang berada di atas purana dan berupa seperti zakar yang kecil.



Purana

Satu bentuk daging yang mengelilingi di bahagian luar lubang faraj dan adalah daging yang peka kepada sentuhan dan juga geselan jari atau zakar.

Lubang Kencing

Satu lubang kecil tempatnya keluarnya air kencing. Ia berada di bahagian luar lubang faraj iaitu di bahagian yang mendatar.

Lubang Faraj

la adalah tempat di mana zakar dimasukkan ketika jimak dan di situ terdapat selaput dara.

Bibir Luar

Ia adalah daging yang sepasang yang berfungsi sebagai tutup kepada faraj dalam keadaan bila tidak berjimak dan daging ini ditumbuhi bulu ari-ari.

Bibir Dalam

Ia adalah daging yang meliputi purana, bijinya serta urat jarum dan ia berfungsi merasa batang zakar serta menutup faraj.

Dalam buku ini istilah Purana digunakan untuk menggantikan istilah Kelentit. Ini kerana pada pendapat penulis, istilah Purana yang berasal dari bahasa Sanskrit itu adalah lebih sesuai dan ilmiah

# Bahagian Dalam Faraj

Indung Telur (Ovary)
Tempat ovum diproses dan ovum yang matang akan keluar dalam sebulan satu ovum saja.

Pipa Telur (Fallopian)
Satu salur yang berbentuk silinder tempat di mana telur wanita (ovum) akan berenang menuju ke arah rahim (uterus).



Rahim (Uterus)
Dipangkalnya ovum akan menunggu keubaan benih lelaki (sperma) untuk bersenyawa dikuti proses pembentukan seketul daging iaitu satu peringkat paling awal pembentukan janin.

Batu Meriyan

Pintu Rahim.
Tempat yang disentuh oleh kepala zakar tatkala jimak.

Pundi Kencing (Bladder)
Tempat menyimpan air kencing.

Biji Purana (Clitoris)
Daging yang menonjol dan ia hujungan kepada urat jarum.

Lubang Faraj (Vagina)
Di sinilah zakar ditusuk keluar masuk dalam jimak. Anak juga lahir melalui lubang ini.

Titik Lazat Cita

Tulang Ari (Public Bone) Tulang yang punyai fungsi mengawal faraj daripada kecederaan yang teruk ketika jimak dan lainnya.

Permukaan Faraj
Tempat memasukkan zakar ke dalam lubang faraj.

# Hakikat Selaput Dara

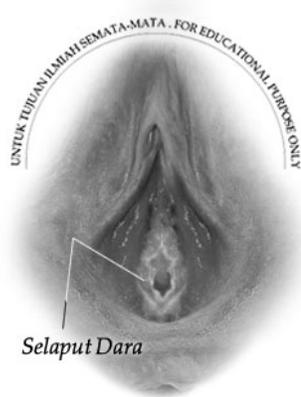
Istilah Dara diertikan oleh orang Melayu sebagai regangan daging tipis yang menutup sebahagian dari permukaan lubang faraj. Ia juga dipanggil Selaput Perdaraan. Anak Dara adalah istilah yang digunakan bagi wanita yang belum pernah bersetubuh yang secara asasnya dianggap masih mempunyai Dara. Hilang Dara pula digunakan oleh orang Melayu bagi menamakan keadaan bila Dara telah terkoyak. Benda yang serupa juga dikenali sebagai satu simbol kesucian wanita.

Secara deskriptif Selaput Dara atau Dara itu adalah satu regangan daging nipis seperti bawang meregang di pintu masuk lubang faraj. Ia sukar dikenal pasti oleh mata kasar terutamanya oleh lelaki yang melihatnya pertama kali. Dara dianggap sebagai mahkota wanita semua bangsa semua zaman hatta di zaman moden dan kemudian dari ini. Sebagai lambang kesucian wanita Dara juga dijaga dengan baik sebelum perkahwinan. Ia hanya akan diserahkan kepada suami yang tercinta untuk dipecahkan (dikoyakkan) dengan jimak pertama. Namun begitu, tidaklah semua wanita dapat mempertahankan Dara. Ia boleh terkoyak sama ada secara sengaja atau tidak sengaja, apatah lagi jika telah melakukan hubungan jenis sebelum pernikahan. Satu hal yang patut diketahui ialah Dara boleh juga terkoyak walaupun tanpa melakukan persetubuhan.

Istilah Gadis atau Anak Dara atau Bikir, sebenarya mempunyai pengertian yang kurang cerewet. Ia bermaksud wanita yang belum pernah bernikah. Lelaki mempunyai sifat keegoan, sifat ini amat ketara pada masyarakat Melayu pada zaman dahulu. Pada masa pertama, suami dibekalkan oleh ibu si isteri dengan kain putih (atau sapu tangan putih). Semasa melakukan jimak buat pertama kali, Dara akan terkoyak dan sedikit darah bayu akan keluar. Darah ini akan dikesat menggunakan kain tersebut. Pada keesokan harinya, kain itu akan diserahkan kepada ibu si isteri sebagai tanda bahawa kedua-dua suami isteri tiada bermasalah, si suami mempunyai zakar yang cukup keras untuk memecahkan Dara sementara si isteri telah dapat mempertahankan mahkotanya hingga pada ketika itu. Tanda tersebut membanggakan kedua-dua belah keluarga pengantin. Pada masa sekarang, adat itu tidak berlaku lagi.

Banyak sedikitnya darah yang keluar bergantung kepada bentuk dara. Jika mazi isteri banyak maka darah bayu akan bercampur pula dengan mazi. Jika darah amat sedikit maka ia tidak dapat dilihat dengan jelas. Mungkin Dara terkoyak sedikit saja dan darahnya juga sedikit. Besar kemungkinan suami telah memecahkan dara tetapi tidak sedar akan fenomena itu. Tidak ada tanda khusus yang dapat dikenal pada saat Dara dipecahkan. Kalau ada cuma dari segi kesakitan isteri tetapi kesakitan itu sedikit dan sebentar, ia hilang dalam keghairahan. Maka jangan mudah menuduh isteri sudah tiada Dara. Ada juga wanita Daranya bertaut kembali walaupun telah melakukan persetubuhan maka kaitan Dara dan kesucian hanyalah adat dan bukan syarat.

# Bentuk-Bentuk Selaput Dara

Dalam istilah perubatan, selaput dara dikenali sebagai hymen. Selaput dara ini merupakan satu lipatan selaput lendir yang menutupi pintu bibir vagina perempuan. Ia telah ada sejak bayi perempuan dilahirkan. Kedudukannya adalah diantara satu atau dua cm dari bibir luar vagina dan bentuknya bulat mengikut bentuk liang vagina.

Dara Kelopak Bunga
Jenis ini sukar sedikit dipecahkan, mungkin darah lebih banyak keluar.

Dara Lubang Kecil
Paling sukar dipecahkan, mungkin banyak mengeluarkan darah

Dara Lubang Cincin
Jenis yang paling mudah dipecahkan dan mungkin paling sedikit mengeluarkan darah bila terkoyak.

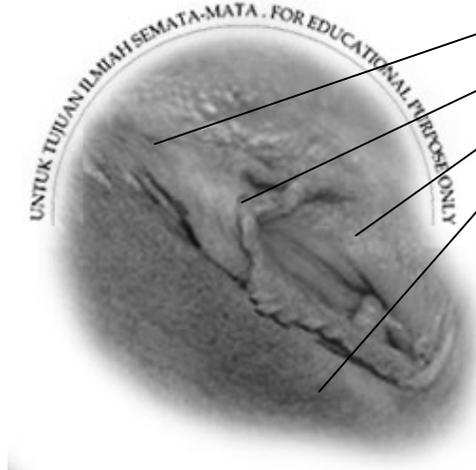
Dara Lubang Dua
Jenis ini juga sukar untuk dipecahkan.

Dara Buta
Selaput dara yang menutup habis lubang faraj. Kes ini jarang berlaku.

Tiada Dara
Ada wanita yang memang tiada dara sejak lahir ke dunia, ia semula jadi.

Namun begitu ada juga selaput dara yang memiliki bentuk unik seperti bulan sabit (semilunar) dan mempunyai pemisah (septum). Selaput ini amat tipis dan merupakan membran yang lembut. Secara biologisnya membran ini tidak berfungsi, tetapi ia mempunyai beban yang berat kerana dinilai sebagai bukti kegadisan seorang perempuan.

Ketebalan selaput dara berbeza di antara satu wanita dengan wanita lainnya. Ada perempuan yang mempunyai selaput dara amat tipis dan mudah koyak oleh aktiviti-aktiviti tertentu seperti berenang, menunggang basikal dan memanjat. Ini semua memecahkan selaput daranya meskipun dia belum pernah melakukan hubungan seks. Sebaliknya, ada juga perempuan yang sudah bernikah dan berhubungan seks berkali-kali tetapi selaput daranya masih utuh dan tidak koyak kerana selaput daranya begitu elastik.

# Urat Jarum Dan Sekitarnya

Menurut pengetahuan tradisional orang Melayu mengenai faraj Urat Jarum itu adalah sama kejadiannya seperti zakar lelaki cuma yang berbeza ialah jika ditakdirkan janin itu jantinanya lelaki maka bermula dari janin umur tiga bulan, urat jarum bagi lelaki akan terus membesar menjadi zakar sedangkan jika janin itu wanita, urat jarum akan tetap kecil. Bibir kemaluan kiri dan kanan akan menjadi kantung zakar jika janin itu lelaki dan menjadi Bibir Luar jika janin itu perempuan. Hujung dari urat jarum itu terletak biji purana dan ia adalah serupa kejadiannya dengan kepala zakar. Buah zakar pula adalah indung telur yang turun dari dalam perut janin lelaki melalui Lubang Buah Zakar. Kawasan seperti berjahit di tangan kantung buah zakar itu adalah tempat yang menjadi lubang faraj bagi wanita.

Urat jarum adalah bahagian luar faraj yang termasuk di dalam apa yang diistilahkan sebagai Nafsu Luar dan ia adalah yang paling penting dari nafsu luar. Urat jarum ini menegang seperti batang zakar yang membesar apabila isteri ghairah. Urat itulah yang keras bila ghairah dan membolehkan biji purana yang berada di hujungnya itu bersentuh dan bergesel berulang-ulang dengan pangkal zakar dan batang zakar apabila jimak berlaku. Nafsu urat jarum boleh dibangkitkan dengan sama ada menyentuhnya dengan sangat perlahan atau menggosok dengan perlahan ke bawah dan ke atas atau di pegang dengan jari telunjuk dan ibu jari atau dicubit perlahan-lahan atau disentuh atau ditekan dengan kepala zakar. Perlu juga diketahui bahawa menggentel urat jarum boleh menerbitkan inzal pada isteri walau pun tanpa jimak.

Bibir luar faraj adalah penutup lubang faraj, berfungsi seperti bibir mulut. Di Bibir Luar ini terdapat bulu ari-ari, sunat dicukur paling kurang setiap 40 hari, jika tidak maka bulu itu menutup urat jarum, menyebabkan kesakitan ketika jimak jika bulu yang panjang itu melukakan lubang faraj yang lembut dan sensitif kulitnya. Di Bibir Luar adalah tempat bagi suami menekan dan menggosok kepala zakar sebelum jimak untuk melambatkan pancutan mani suami dan dalam masa yang sama mengetuk pintu rahim agar lebih kembang bagi menerima kemasukan zakar. Bibir Dalam pula, terutama di bahagian bawahnya, adalah bahagian yang paling disukai oleh perempuan bila disentuh kerana kelazatannya lembut. Cara menyentuh dan membelainya ialah dari bahagian dalam kerana bahagian ini berupaya untuk mengeluarkan mazi yang melicinkan rangsangan. Bibir Dalam ialah salah satu komponen penting dari Nafsu Luar. Rangsangan yang kuat padanya berlaku apabila suami menjimak dari Makam Kanan atau Makam Kiri. Sila rujuk Makam Yang Lima untuk lebih faham.

# Gelaran Bagi Faraj Wanita

Berikut adalah jenis-jenis faraj menurut catatan Syeikh Nefzawi dalam Taman Wangi iaitu sebuah kitab ilmu jimak yang ditulis sekitar kurun ke 16. Terdapat 27 nama gelaran kesemuanya, sebahagiannya telah dirangkumkan kerana cirinya serupa:

1. Penggigit atau Peragum atau Penyatu atau Penyedut iaitu faraj yang akan mencengkam dan memaut zakar apabila saja zakar memasukinya. Ia akan mengemut dengan kuat seolah-olah mahu menelan buah zakar sekaligus.
2. Si Besar iaitu faraj wanita yang bertubuh besar dan gemuk bila farajnya yang gebu dan tebal.
3. Si Pertama iaitu nama bagi apa saja jenis faraj.
4. Lubang Dinding iaitu faraj ‘tidak berdaging’ kepunyaan wanita yang amat kurus.
5. Lorong atau Bukaan atau Belahan (Faraj) iaitu istilah yang paling biasa digunakan oleh orang Arab tanpa sebarang ciri khusus. Istilah yang sama digunakan untuk lorong antara dua gunung. Ada yang mencatat bahawa makna faraj ialah ‘penyelamat dari nasib buruk’.
6. Landak iaitu gelaran bagi faraj yang kering akibat usia dan bulu ari-arinya keras.
7. Si Comel iaitu gelaran bagi faraj yang putih, kental dan tembam ‘tanpa sebarang cacat’ dan ‘melengkung bagai kubah’. Melihatnya saja maka ‘zakar yang lembik jadi keras’ dan hampir mustahil untuk tidak terus memandangnya.
8. Si Panas iaitu gelaran bagi faraj bertuah yang ketat dan hangat atau hatta panas ‘mempunyai panas batin bagaikan api cinta’.
9. Pelarian iaitu gelaran bagi faraj yang kecil dan sempit, serta pendek salurannya. Kerana itu kemasukan zakar biasanya menyakitkan. Ia ‘pelarian’ kerana cuba lari dari banyak jenis lelaki.
10. Si Resah iaitu gelaran bagi faraj yang asyik bergerak-gerak kerana dahagakan jimak dan keseronokan. Gelaran lain ialah Pembantu dan Penolong.
11. Bibir iaitu gelaran yang biasa digunakan untuk faraj gadis. Ciri-cirinya ialah ‘lembut, menggoda dan sempurna’ serta baunya harum. Ia tembam dan bulat ‘bila dipandang dari semua sudut, dan Bibir Luarnya panjang serta belahannya besar, kering tapi hangat. Faraj jenis ini didambakan oleh lelaki Arab.
12. Si Enak iaitu nama gelaran bagi faraj yang punya ‘kemampuan untuk menampung keseronokan yang pertama kali’.
13. Si Dalam ialah gelaran bagi faraj yang mana mulutnya sentiasa terbuka.

14. Si Panjang ialah gelaran bagi beberapa jenis faraj tanpa perincian khusus asalkan di bahagian luarnya nampak panjang, dari tundun ke dubur. Ia akan nampak panjang bila wanita itu berdiri atau baring tapi akan mengecil bila wanita itu duduk. Ini berbeza dari 'faraj yang berbentuk bulat'.

15. Tiada Dasar ialah gelaran bagi faraj yang amat dalam salurannya

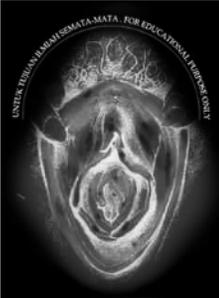
**JENIS-JENIS FARAJ WANITA**

Ilustrasi di atas memaparkan berbagai bentuk bahagian luar faraj. Nama-namanya adalah sempena nama yang diberikan oleh Syeikh Nefzawi dalam Taman Wangi, sebuah kitab seksologi popular yang ditulis beliau untuk Wazir Tunisia sekitar kurun ke 16 Masehi.

SI COMEL (Faraj yang putih, kental dan tembam seperti kubah)

PENJELIR (Faraj besar dengan Daun Keladi yang tersembul)

SI KEMBAR (Daun Keladi panjang tergantung, atau amat tebal dan besar)

PERAGUM (Mencengkam dan memaut zakar bila ia dimasuki)

SI SAYUP (Faraj yang mana lubangnya sentiasa terbuka)

SI JAMBUL (Bagai balung merah ayam jantan, membesar bila ghairah)

PELARIAN (Faraj kecil, sempit dan salurannya dangkal. Sakit bila jimak)

SI KEMEK (Bibir [Bibir Luar] dan Lidah [Daun Keladi] bersaiz kecil)

berbanding faraj biasa. Wanita jenis ini memerlukan lelaki jenis tertentu atau cara tertentu agar benar-benar dapat membangkitkan nafsunya dan memuaskannya.

16. Si Bengkak ialah gelaran bagi faraj yang 'terbuka dan tertutup berulang-ulang seperti kemaluan arnab' ketika inzal.

17. Si Lebar ialah nama gelaran bagi faraj yang akan terbuka lebar bila berada dalam keadaan ghairah.

18. Si Lazat ialah gelaran bagi faraj gadis remaja yang belum pernah dijimak (masih dara).

19. Si Penyabar ialah nama gelaran bagi faraj yang dapat menahan sabar bila dijimak walaupun dijimak dengan ganas atau masa yang lama. Walaupun selepas ‘beratus kali’ ia masih ‘tidak kisah’ malah suka.
20. Si Senyap ialah nama bagi faraj yang tidak mengeluarkan sebarang bunyi walaupun ia dimasuki ‘beratus kali’.
21. Perindu ialah nama gelaran bagi faraj wanita yang telah tidak dijimak begitu lama, atau wanita yang kehendak untuk berjimak adalah lebih kuat berbanding suaminya.
22. Pendesak ialah nama gelaran bagi faraj yang tidak kenal penat dan punya kehendak jimak yang kuat dimana ia ‘masih lagi mahu dijimak’ walaupun setelah ‘seratus kali’. Yang lebih bahaya dari jenis ini ialah bila ia ‘memburu’ bukan ‘diburu’. Nasib baiklah faraj jenis ini jarang ditemui dan hanya ditemui di kalangan sebilangan kecil wanita yang liar nafsunya, sentiasa berada dalam keadaan hangat.
23. Burung Pipit ialah nama gelaran bagi faraj gadis sunti.
    Tebuan ialah nama gelaran bagi faraj yang ‘kuat dan kasar’ bulu ari-arinya. Bila zakar memasukinya, maka bulu ari-arinya terasa bagaikan disengat oleh tebuan.

Nama-nama gelaran bagi faraj serta ciri-cirinya ini hanyalah sebagai menambah pengetahuan. Walau bagaimana pun, orang Melayu zaman silam ada petua untuk mengenal Pipit Sedih, iaitu gelaran mengenai keadaan bila mana seseorang isteri itu hilang selera untuk berjimak dengan suaminya. Mereka mengenal Pipit Sedih ini dengan meneliti ciri yang ada pada Bibir Dalam atau Daun Keladi (Labia Minora) isteri selain dari memperhatikan tingkah-lakunya.

# Rahsia Jenis Faraj Wanita

Pentingkah bagi seseorang lelaki yang mahu berkahwin tahu tentang jenis-jenis faraj wanita? Sebenarnya ia bergantung kepada diri masing-masing. Jika anda menganggap ia penting, maka anda tentu mahu mengetahuinya. Penting atau tidak, ilmu mengenainya telah tercatat di dalam berbagai kitab kuno dan diajarkan juga secara lisan oleh guru kepada muridnya.

Menurut pengetahuan Cina kuno, saiz mulut wanita melambangkan besar atau kecil lubang farajnya. Menurut pengetahuan Melayu, saiz bibirnya pula lambang tebal atau nipis Bibir Dalam wanita itu.

Dari sudut seksologi Timur, seseorang lelaki yang belajar mengenai rahsia-rahsia organ wanita akan dengan senyap-senyap memilih gadis bakal isteri yang mempunyai faraj yang kecil. Ilmu pengetahuan ini sudah berusia beribu tahun. Bukan saja ia diketahui dikalangan masyarakat Melayu, malah oleh masyarakat India dan Cina kuno.

Secara umumnya bangsa-bangsa ini berpendapat bahawa gadis yang punya faraj yang kecil akan mudah inzal dan mudah dipuaskan dalam jimak. Di sini disebut 'faraj yang kecil' kerana faraj jenis ini salurannya kecil, sempit dan pendek. Dalam ertikata lain, Batu Meriyan gadis jenis ini tidak berada jauh ke dalam. Namun jika zakar suami besar dan panjang, faraj yang kecil saiznya mungkin akan menyebabkan kesakitan di pihak isteri.

Menurut pengetahuan kuno, saiz dan bentuk mulut seseorang gadis mempunyai rahsia yang melambangkan bentuk dan saiz faraj yang dimilikinya. Begitu juga mengenai Lesung Pipit yang berada di pipi, dianggap ciri istimewa yang ada pada sesetengah gadis saja.

Gadis Lesung Pipit amat menawan. Ia juga ciri gadis yang punya saluran faraj sempit.

Bila saiz mulut seseorang gadis itu lebar ertinya saluran farajnya lebar juga. Jika bibirnya tebal maka Bibir Dalam gadis itu tebal juga. Jika bibir bawah agak terjuih, itu tandanya gadis itu sukar dipuaskan dalam jimak. Jika mulut gadis itu kecil saiznya, itu tanda saluran farajnya sempit dan menurut ilmu pengetahuan Cina kuno, gadis jenis inilah yang dapat memberikan kepuasan yang lebih tinggi kepada suaminya dan dia juga mudah dipuaskan dalam jimak.

Lantaran itu dalam ilmu jimak kuno, terdapat strategi-strategi dan seni yang khusus bagi menyesuaikan keadaan suami dan isteri yang mempunyai zakar dan faraj yang tentunya berbagai bentuk dan saiz. Catatan mengenainya adalah agak terperinci, menunjukkan bahawa para ilmuan silam telah menganggap bahawa faktor saiz zakar dan faraj ini merupakan salah satu faktor yang boleh mendatangkan kepuasan dalam jimak ataupun sebaliknya. Secara umumnya yang menjadi fokus

JENIS FARAJ

mereka ialah sama ada zakar atau faraj itu besar atau kecil dan sama ada ianya panjang atau pendek.

Ada pendapat menyatakan bahawa faktor seni merangsang isteri adalah lebih penting dari mengetahui mengenai saiz zakar dan faraj. Namun jika kita selidiki lebih lanjut, sebenarnya pengetahuan mengenai saiz ini juga mempunyai seninya yang tersendiri dan elok diketahui oleh bakal-bakal pengantin. Bagi lelaki yang mana saiz zakarnya normal dan dapat isteri yang juga saiz farajnya normal, maka bolehlah gunakan seni-seni jimak yang biasa. Namun bagi yang bersaiz terlalu besar atau terlalu kecil, mengetahui seni bahagian ini adalah mustahak.

Raja Somadeva III telah menulis dalam Mansollasa bahawa ‘wanita bertuah ialah yang cantik, muda, dan (pandai seni). Tapi amat sukar untuk mencari wanita yang cemerlang dalam segala segi. Kerana itu, lelaki patut cuba

mendapatkan wanita yang terbaik dari segi tubuh badannya’. Dia selanjutnya menekankan bahawa saiz zakar dan faraj suami isteri perlulah sesuai. Jika zakar sedikit besar, ia boleh disesuaikan, tapi jika zakar itu terlalu besar maka patut dielakkan kerana akan mengoyakkan saluran faraj. Wanita yang punya faraj yang terlalu kecil atau terlalu besar juga kurang sesuai untuk dijimak kerana dia sukar untuk memuaskan suaminya.

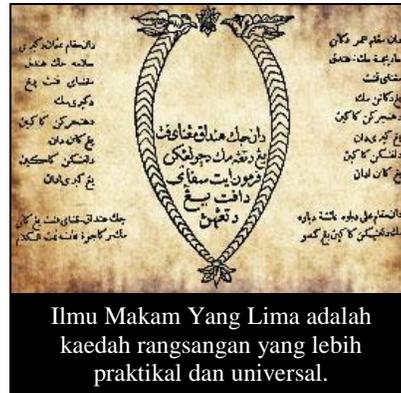
Menurut ilmu seksologi India kuno, faraj wanita boleh dibahagikan kepada 14 jenis yang berbeza sebagaimana yang dipaparkan di bawah judul ini.

Somadeva pula membahagikan wanita kepada 6 jenis iaitu Chitrini, Padmini, Hastini, Sankhini, Mrugi dan Vadava.

Pembahagian kepada jenis yang berbagai ini telah menjadi amat kompleks dan lantaran itu tidak praktikal. Vatsyayana adalah antara guru yang membahagikan kepada 4 kategori saja sementara Kalyana Malla meringkaskannya kepada 3 kategori saja iaitu pendek, sederhana dan panjang. Ringkasan ini lebih memudahkan pemahaman dan lebih praktikal.

JENIS FARAJ

Sebenarnya ilmu pengetahuan mengenai kesesuaian saiz zakar dan faraj dalam jimak ini adalah disiplin yang berbeza dari pendekatan Syeikh Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya dalam 'Ubab. Secara peribadi saya berpendapat bahawa disiplin rangsangan Tiga Lubuk Nafsu serta Makam Yang Lima adalah lebih praktikal dan boleh disesuaikan oleh semua orang. Lagipun soal jodoh adalah sesuatu yang di luar kuasa yang empunya badan. Mengambil tahu besar atau kecilnya saiz zakar atau faraj pasangan sebelum berkahwin bukanlah satu pendekatan yang sihat, dan tidak ada adat resam pun di dunia ini yang menganggap ia sebagai satu amalan yang waras.

Ilmu Makam Yang Lima adalah kaedah rangsangan yang lebih praktikal dan universal.

Walau bagaimana pun, ada perkara-perkara yang elok untuk diketahui berkaitan dengan saiz zakar dan faraj ini, dan ia penting diketahui jika pasangan suami isteri itu bermasalah ketika jimak lantaran saiz yang tidak sepadan. Apa yang dicatat dalam buku ini berkaitan hal saiz, ciri dan strategi berkaitan saiz zakar dan faraj adalah agak terperinci dan ini dilakukan sebagai usaha koleksi khazanah silam yang mempunyai rahsia dan kelebihannya yang tersendiri.

Apa yang penting ialah untuk kita membuang sebarang prejudis terhadap pasangan mahupun lelaki atau wanita lain lantaran mengetahui ilmu ini. Kita sepatutnya berfikir bahawa setiap manusia, sama ada zakar atau farajnya kecil, sederhana atau besar, masing-masingnya mempunyai kelebihan dan kekurangan tersendiri. Mungkin ramai lelaki menganggap zakar besar dan panjang itulah yang terbaik, namun bila mendalami mengenainya, akan diketahui bahawa lelaki yang punya saiz zakar yang besar panjang tidaklah dianggap beruntung.

Kesimpulannya, adalah jauh lebih baik untuk kita bersyukur dengan apa yang ada dan menggunakan apa yang ada itu dengan sebaik-baiknya untuk menjayakan jimak. Penggunaan strategi yang sesuai akan dapat membantu mengatasi masalah-masalah berkaitan saiz zakar dan faraj. Ada berbagai seni dan strategi yang boleh dpraktikkan, termasuklah dari segi kaedah dan tempoh istimta, posisi yang paling sesuai serta berbagai petua lain.

Semoga dengan pendedahan ini, dapatlah kita menyedari bahawa kejadian manusia tidaklah benar-benar sama. Di sana-sini terdapat perbezaan. Apa yang pentung ialah memperaktikkan ilmu pengetahuan dengan sebaik-baiknya untuk keharmonian rumahtangga.

# Empat Ciri Faraj Wanita

Menurut pengetahuan tradisional, setiap jenis faraj ini memerlukan cara rangsangan yang berbeza dan ia menjadi amat kompleks untuk dipraktikkan oleh orang-orang biasa yang secara asasnya tiada pengalaman seks. Kerana itu maka adalah lebih sesuai untuk mengetahui secara terperinci berkaitan Empat Sikap Faraj Gadis. Setiap wanita akan tergolong kepada salah satu sikap berikut:

| EMPAT CIRI FARAJ WANITA | | | |
|---|---|---|---|
| Padmini (Kiambang) | Chitrini (Seni) | Shankhini (Siput) | Hastini (Gajah) |

GADIS KIAMBANG

Kuntum Kiambang

Gadis Kiambang mukanya adalah ibarat bulan mengambang, kulit tubuhnya lembut seperti bunga Shira atau bunga sawi. Kulitnya halus, mulus dan cerah seperti kiambang kuning, kulitnya tidak gelap, tapi kerana usia muda, warnanya seakan ungunya awan yang akan berpecah. Matanya cerah dan cantik bagai mata anak rusa, terbentuk cantik dan sudutnya berwarna kemerahan. Payudaranya kental, penuh dan mendongak. Lehernya jinjang terbentuk cantik bagaikan siput laut (conch), amat cantik seolah-olah air liur yang ditelan dapat dilihat. Hidungnya lurus dan comel. Terdapat tiga kedutan datar di perutnya iaitu berhampiran dengan pusatnya.

Farajnya (purana) seakan kuntum kiambang yang separuh terbuka. Sariranya (kama salila) adalah ibarat bau wangi bunga teratai yang baru berkembang. Dia berjalan seperti lenggang angsa. Suaranya rendah dan berlagu seakan bunyi burung tekukur. Dia suka pakaian warna putih, permata berharga dan pakaian berhias. Dia kurang berjimak dan tidurnya sebentar. Dia warak beribadah, bijak dan rajin serta gemar berbincang dengan para ilmuan.

Gadis Kiambang mempunyai sikap yang agak gugup (nervous), dan ia adalah pertengahan dari sikap memandang hidup secara negatif (bilious) dan yakin atau optimistik (sanguine). Kekuatan Gadis Kiambang ialah berada di antara (sikap sanguine) popular, peramah, dramatik, optimis dan menggembirakan oranglain dan (sikap bilious atau choleric) bertenaga, tepat, pemimpin yang kuat, realistik dan berorientasikan hasil. Kelemahan pula (sikap sanguine) pelupa, kurang mengawal dan kurang mendengar pendapat oranglain dan (sikap bilious) angkuh, terlalu mengawal dan berwatak kasar. Kemahuan asas (sanguine) berseronok dan (bilious) mengawal.

*Kama-salila atau sarira adalah ‘cecair cinta’ atau mazi dari yoni wanita. Terdapat empat jenis sebagaimana tercatat dalam Ananga Ranga dan beberapa kitab kuno ilmu jimak.*

GADIS SENI

Gadis Seni

Gadis Seni (Chitrini) tubuhnya sederhana, tidak rendah dan tidak tinggi. Rambutnya berwarna hitam-lebah. Lehernya nipis dan bulat seperti cengkerang. Tubuhnya lembut. Pinggangnya ramping bagai pinggang singa. Payudaranya keras dan penuh. Pehanya gebu dan punggungnya lebar. Bulu ari-arinya nipis. Tundunnya lembut, tembam dan bulat. Kama-salila (sarira) hangat dan baunya seperti madu, dan ia berbunyi bila keluar tatkala jimak. Matanya melirik dan lenggangnya keletah, genit seperti lengguk gajah (suka bermain mata untuk menarik perhatian lelaki). Suaranya seperti burung merak. Dia suka pada keseronokan dan pelbagaian. Dia gemar menyanyi dan segala hal seni terutamanya kitab seni. Nafsu jimaknya tidak kuat. Dia gemar pada burung peliharaan.

Gadis Seni bersikap optimistik (sanguine). Kekuatannya ialah popular, peramah, dramatik, optimis dan menggembirakan oranglain. Kelemahannya pelupa, kurang mengawal keadaan dan kurang mendengar pendapat oranglain. Kemahuan asasnya ialah berseronok.

GADIS SIPUT

Siput Gong Gong

Gadis Siput atau Siput Gong Gong atau Conch (Shankhini) adalah wanita yang punya sikap negatif atau tabiat memandang hidup dari sudut keburukannya. Kulitnya sentiasa panas dan berwarna kuling-perang atau kuning-coklat tua. Tubuhnya besar. Pinggangnya tebal. Payudaranya kecil. Kepala, tangan dan kakinya kurus dan panjang. Dia memandang dari sudut mata. Farajnya sentiasa dilembapi Kama-salila yang banyak, dan rasanya masin. Bulu ari-arinya tebal. Suaranya kasar dan besar. Dia melangkah agak laju. Dia makan secara sederhana dan gemar berpakaian baru, bunga dan perhiasan berwarna merah. Dia gemar jimak dan terlibat terlalu banyak dalam asmara. Dia sukar mengawal nafsu berahi yang akan menjadikan kepalanya panas dan otaknya keliru dan semasa ghairahnya

memuncak dia akan mencengkamkan kukunya ke kulit tubuh suaminya. Dia pemarah, keras hati, berperangai kasar dan ganas, cepat naik darah, biadap dan suka mencari kesalahan orang lain.

Kelebihan Gadis Siput (bilious) kuat, tepat, pemimpin yang tegas, berorientasi hasil. Kelemahannya angkuh, terlalu mengawal dan berwatak kasar. Kehendak asasnya ialah mengawal.

GADIS GAJAH

Gadis Gajah (Hastini) tubuhnya pendek, tegap dan kasar. Kulitnya jika cerah warnanya putih pucat. Rambutnya berwarna kuning keperangan. Bibirnya lebar. Suaranya garau dan dalam. Lehernya bongkok. Langkahnya perlahan dan dia berjalan seperti orang malas. Biasanya jari salah satu kakinya bengkok. Kama-salilanya mempunyai bau seperti airmata gajah yang keluar di musim bunga. Dia gemarkan jimak pada setiap musim dan pada setiap jam dari waktu malam. Dia sukar untuk mencapai inzal dan hanya boleh dipuaskan dengan jimak yang lama, lebih lama lebih baik, tapi itu tidak pernah cukup untuknya. Dia gelojoh, tidak tahu malu dan pemarah.

Gajah

Sikap Gadis Gajah ialah penyedih (melancholy). Kekuatannya: sempurna, analitikal, sensitif, teliti, dan berorientasikan tugas. Kelemahannya: kritikal, ada angin dan memencilkan diri.  Kemahuan asasnya ialah kesempurnaan.

Empat kategori sikap di atas tadi bermula dari pengetahuan mengenai empat unsur kejadian manusia iaitu api, angin, tanah dan air, kemudian jadilah empat kualiti iaitu panas, sejuk, kering dan basah. Inilah juga yang menjadi asas pengubatan dalam ilmu tabib ilmuan Islam bernama Ibnu Sina, bapa kepada perubatan moden. Sikap-sikap yang dibezakan itu boleh dibahagikan kepada 4 jenis sikap utama iaitu:

1. Optimis (sanguine) banyak perangai, kulitnya lembut, warna kulit kemerah-merahan, matanya biru, rambutnya merah atau perang, denyut nadinya pantas, urat-uratnya besar, periang dan lincah. Gadis Seni masuk kategori ini.

2. Penyedih (melancholic) lebih kurus tapi lebih tegap berbanding sanguine. Kulitnya agak gelap, rambutnya hitam. Denyut nadinya lebih perlahan, sistem sarafnya lebih sukar dirangsang, pendiam dan suka termenung. Gadis Gajah masuk kategori ini.

Kuntum Teratai

3. Pesimis (bilious atau choleric) berada antara melancholic dan sanguine. Rambutnya hitam dan ikal. Matanya gelap. Kulitnya hitam kemerahan. Rambutnya tebal dan keras. Denyut nadinya kuat dan penuh. Gadis Siput masuk kategori ini.

4. Dingin hati (phlegmatic) berbeza dari yang sebelum ini dari segi kulitnya yang kendur, rambutnya berwarna cerah, pergerakannya agak lembap.

Ahli fisiologi yang mutakhir telah menambah satu lagi jenis sikap iaitu:

5. Bimbang (nervous) dikenali dengan kombinasi beberapa sikap sebelum ini serta mempunyai tahap kecerdikan yang baik serta pantas, juga mudah dipengaruhi dan tersinggung. Gadis Kiambang masuk kategori ini.

Kesimpulannya, jarang akan kita temui sikap yang tulen. Biasanya dua atau tiga jenis sikap bergabung pada seseorang manusia.

# Tiga Saiz Zakar Lelaki

Arnab (5in)
Seladang (7in)
Kuda (10in)

Ada tiga jenis lelaki iaitu lelaki Shastra atau lelaki Arnab, lelaki Vrishabha atau lelaki Seladang dan lelaki Ashwa atau lelaki Kuda.

Antara tiga jenis lelaki ini, lelaki Arnab (Shasha) diketahui mempunyai zakar yang mana apabila mengeras maka panjangnya tidak akan melebihi lebar 6 jari atau kira-kira 5 inci. Tubuhnya pendek dan kurus lampai tapi bentuknya seimbang. Tangan, lutut, kaki, pinggang dan peha bersaiz kecil. Pehanya berwarna lebih gelap dari warna kulit tubuhnya yang lain. Wajahnya cerah dan seimbang. Mukanya bulat, giginya pendek dan kemas. Rambutnya lembut. Matanya besar dan elok terbuka. Dia berwatak pendiam, dia suka berbuat baik, dia bercita-cita mencipta nama, dia bersikap merendah diri, selera makannya kecil begitu juga selera jimak. Bau Kama-salila atau air maninya agak wangi.

Lelaki Seladang (Vrishabha) diketahui mempunyai zakar yang bila mengeras panjangnya 9 lebar jari, atau kira-kira 7 inci. Tubuhnya tegap dan liat seperti penyu. Dadanya berdaging. Perutnya keras. Otot lengannya timbul. Dahinya jendul, matanya besar dan panjang dan sudutnya berwarna merah jambu. Tapak tangannya merah. Sikapnya kasar dan mungkin kurang timbangrasa. Kama-salilanya sentiasa bersedia untuk jimak.

Lelaki Kuda (Ashwa) diketahui mempunyai zakar yang panjangnya 12 lebar jari atau kira-kira 10 inci. Tubuhnya tinggi dan rangkanya besar tapi tidak berdaging sangat. Dia gemar wanita yang besar dan tegap, bukan wanita yang nampak lemah-lembut. Tubuhnya keras macam besi, dadanya bidang, penuh berotot. Tubuhnya bahagian bawah pinggul adalah panjang, seperti juga mulut, gigi, leher dan telinganya. Tangan dan jarinya memang panjang. Lututnya seakan bengkok, dapat juga dilihat pada keadaan jari-jari kakinya. Rambutnya panjang, kasar dan tebal. Dia kelihatan keras dan tegas, sukar berubah. Suaranya garau seperti bunyi lembu. Sikapnya agak berani buta, terburu nafsu dan gemar ambil hak orang lain, pemalas dan suka tidur. Bila berjalan langkahnya perlahan dan dia meletakkan kakinya di depan yang satu lagi. Dia tidak hirau untuk jimak melainkan bila tiba-tiba

kemahuan itu datang. Kama-salilanya sangat banyak, masin dan seperti mani kambing.

Tidaklah diketahui sejauh mana petua ini boleh dipakai, namun orang-orang Melayu mempetuakan bahawa lelaki yang punya ibu jari kaki yang besar dan panjang juga punya zakar yang besar dan panjang. Di Barat ada pendapat yang menyatakan bahawa jika seseorang lelaki itu tinggi tubuhnya maka zakarnya juga panjang.

Ada lagi catatan yang menarik mengenai saiz zakar dan saiz tubuh lelaki. Menurut Su-Nu-Miao-Lun, lelaki dilahirkan dengan berbagai jenis senjata (zakar) sebagaimana juga banyaknya bentuk muka. Semuanya bergantung pada sifat dia dijadikan. Ramai orang yang pendek tubuhnya tapi punya senjata yang panjang, manakala ramai juga lelaki tinggi punya senjata yang pendek. Lelaki kurus dan nampak lemah selalunya punya senjata yang besar dan keras sementara lelaki yang tinggi dan sasa selalunya punya zakar yang kecil dan lemah.
Satu lagi catatan menarik dalam kitab kuno mengenai nasib lelaki berzakar besar. Menurut Ananga Ranga, ada petua yang menyebut bahawa lelaki yang punya Lingam (zakar) yang panjang akan sentiasa berada dalam keadaan miskin. Lelaki yang punya zakar yang amat besar akan sentiasa sengsara. Lelaki yang punya zakar yang kecil dan kurus akan bernasib baik dan lelaki yang punya Lingam yang pendek mungkin akan jadi raja.

# Tiga Saiz Faraj Wanita

Rusa (5in)

Arnab (7in)

Gajah (10in)

Menurut Kamasutra dan Ananga Ranga terdapat pula tiga saiz faraj iaitu Rusa, Arnab dan Gajah.

GADIS RUSA

Kedalaman saluran faraj bagi Gadis Rusa tidak melebihi 6 lebar jari (kira-kira 5 inci). Biasanya wanita yang punya faraj saiz ini mempunyai tubuh yang lembut dan berciri kewanitaan, tubuhnya seimbang, payudaranya montok dan pehanya gebu. Kepalanya kecil dan elok. Matanya hitam sebagaimana bunga kiambang yang berwarna gelap. Hidungnya kecil. Pipi dan telinganya besar. Tangan, kaki dan bibir bawah berwarna kemerahan. Jari-jarinya lurus. Perutnya kecil dan kempis. Dia makan secara sederhana dan agak ketagihan pada keseronokan jimak. Tundunnya tembam. Lengannya bermula dari bahu ke bawah adalah besar dan bulat. Rambutnya tebal dan ikal. Suaranya bagai burung tekukur, dan lenggangnya bagaikan lengguk gajah. Dia penyayang tapi cemburu. Mindanya amat aktif bila tidak diganggu oleh nafsu berahi. Kama-salilanya punya bau menyenangkan bagai bunga kiambang. Gadis ini dikenali sebagai berfaraj kecil.

GADIS ARNAB

Kedalaman faraj bagi Gadis Arnab tidak melebihi 9 lebar jari (kira-kira 7 inci). Biasanya tubuh wanita ini gebu. Lengannya bermula dari bahu ke bawah adalah tebal. Payudara dan punggungnya lebar dan mulus.Pusatnya terbonjol tapi perutnya tidak buncit. Bentuk tangan dan kakinya cantik. Lehernya panjang dan bengkok. Dahinya luas. Kerongkong, mata dan mulutnya lebar dan matanya amat cantik seperti kelopak bunga kiambang yang gelap. Tangan dan kakinya merah bagai bunga yang merah. Dahinya luas. Dia amat berkebolehan, penyayang. Langkahnya lemah-gemalai. Gemar pada kehidupan yang baik serta rehat yang banyak. Walaupun pesimis dia sayang suaminya. Dia tidak mudah inzal bila jimak dan Kama-salilanya berbau seperti kiambang. Gadis Arnab tergolong sebagai yang berfaraj saiz pertengahan.

GADIS GAJAH

Kedalaman faraj bagi Gadis Gajah ialah 12 lebar jari (kira-kira 10 inci). Kurang bersih. Wanita ini biasanya punya payudara yang besar. Hidung,

telinga dan kerongkongnya panjang dan tebal. Pipinya menonjol. Mukanya lebar. Bibir mulutnya panjang dan bengkok keluar (terjuih). Matanya nampak garang dan kekuningan. Rambutnya tebal dan agak kehitaman. Kaki, tangan dan lengannya pendek dan gemuk. Giginya besar dan tajam seperti gigi anjing. Dia pelahap dan bila makan bunyinya bising. Bila bergerak, sendi-sendinya berbunyi. Berperangai buruk dan kurang merasa malu, dia tidak segan-silu melakukan dosa. Suaranya garau dan keras. Wanita jenis ini tidak pernah mudah untuk dipuaskan dan memerlukan jimak yang lama. Kama-salilanya melimpah dan berbau seperti cecair gajah yang sedang mengawan. Wanita ini tergolong sebagai yang bersaiz besar.

Begitulah ciri-cirinya. Walau bagaimana pun lelaki yang bijak perlu menyedari bahawa semua ciri-ciri ini semuanya agak samar dan kaitannya hanya akan diketahui melalui pengalaman. Dalam banyak keadaan, sikap-sikap ini akan bercampur-baur. Contohnya seorang gadis yang kita kenali mungkin Gadis Gajah bercampur Arnab, atau mungkin juga bercampur Rusa. Kajian yang mendalam diperlukan untuk menentukan ada atau tiadanya sesuatu tanda atau ciri.

Sebelum pergi lebih jauh mengenai berbagai kaedah jimak, perlulah diketahui mengenai tanda-tanda inzal. Bila wanita mula menikmati inzal, matanya layu separuh tertutup dan berair, tubuhnya agak sejuk, nafasnya keras dan terhenjut, biasanya berakhir dengan keluhan atau esakan. Bahagian bawah tubuhnya menjadi kendur setelah kejang beberapa ketika. Peningkatan dan manifestasi cinta dan kasih-sayang akan zahir iaitu dengan ciuman-ciuman dan gerakan yang terkapai-kapai. Akhirnya dia kelihatan hampir pengsan. Di masa itu, seleranya untuk di ransang dan dirangkul seterusnya akan menurun, Maka lelaki yang bijak tahu bahawa masanya sudah sampai untuk menamatkan jimak kerana isterinya sudah mencapai kepuasan dan akan menolak jika jimak itu diteruskan.

Menurut kitab India kuno Chakrasamvara Tantra, gadis yang terbaik ialah yang datangnya dari keluarga yang beragama, mempunyai sifat-sifat terpuji, dan bebas dari empat kelemahan faraj iaitu kelemahan kerana tidak datang haid, kelemahan kerana bau yang tidak menyenangkan, kelemahan kerana ada penyakit dan kelemahan kerana tidak tahu malu atau adab bila dirinya dilanda oleh nafsu syahwat.

Walau bagaimana pun, Su-Nu-Miao-Lun menyatakan bahawa kelebihan faraj wanita bukan bergantung pada jenisnya atau kedudukannya tapi pada bagaimana ia digunakan. Sama ada dangkal, sederhana atau dalam, semuanya mempunyai kualiti tersendiri selagi kita tahu bagaimana memanfaatkannya. Wanita yang saiz farajnya sederhana adalah sesuai untuk berjimak sepanjang tahun dan dalam posisi yang mana pun.

# Penyesuaian Saiz Zakar Dan Faraj

Sementara lelaki dibahagikan kepada tiga golongan berdasarkan panjang zakarnya, maka 4 jenis wanita iaitu Kiambang, Seni, Siput dan Gajah boleh dibahagi semula kepada 3 jenis berdasarkan kedalaman dan besar saluran farajnya. Ianya ialah Gadis Rusa (Mrigi), Gadis Arnab (Vadava atau Ashvini) dan Gadis Gajah (Karini). Demikian disebut dalam Ananga Ranga.

Ada 5 keadaan yang perlu diambil perhatian iaitu: Pertama iaitu bila saiz zakar dan faraj pasangan adalah serupa dan kerana itu keduanya akan dapat kepuasan. Kedua ialah bila zakar lelaki saiznya besar menyebabkan jimak jadi sukar dan menyakitkan serta tidak memuaskan isteri. Ketiga ialah bila zakar lelaki saiznya kecil menyebabkan jimak itu tidak memuaskan kedua belah pihak. Keempat ialah bila saiz zakar lelaki terlalu besar. Kelima ialah bila zakar lelaki terlalu kecil saiznya.

Terdapat tiga jenis pati yang dihasilkan oleh faraj iaitu pati kecil (Sukshma), sederhana (Madhyama) dan besar (Adhikabala). Gabungan ini menghasilkan nafsu dan rasa terangsang yang tinggi dan keghairahan ini akan reda hanya apabila dijimak. Kerana itu zakar yang kecil saiznya akan gagal untuk memuaskan.

Sebaliknya jika zakar terlalu besar maka ia akan mengganggu anggota yang rumit ini dan akan menyebabkan rasa sakit bukannya rasa nikmat. Tahap kenikmatan meningkat bila zakar sesuai atau sepadan dengan saiz faraj, dan bila tahap geseran dan rangsangan ini 'sesedap rasa' maka suami dapat menumpukan perhatiannya terhadap mempraktikkan seni jimak yang biasa yang mampu membantu isteri mencapai kepuasan sepenuhnya.

Terdapat 3 tempoh yang diperlukan oleh Kama-salila (sarira atau mazi) untuk keluar sepenuhnya. Ia serupa bagi lelaki mahupun wanita. Pertama ialah jenis lelaki atau wanita itu lambat keluar mazinya. Kedua ialah jenis yang keluar

mazi dalam tempoh yang sederhana. Ketiga ialah jenis yang mazinya keluar cepat.

Juga terdapat 3 jenis Vega atau tingkat nafsu syahwat untuk berjimak pada lelaki dan wanita. Pertama ialah jenis gelojak nafsu tinggi dimana ia perlu dipuaskan secara serta-merta jika tidak maka yang empunya nafsu akan hilang pertimbangan. Kemampuannya untuk merasa nikmat adalah tinggi. Kedua ialah jenis nafsu syahwat sederhana yang boleh bersabar menunggu hingga ke satu tempoh. Kemampuan untuk merasa nikmat juga sederhana. Ketiga ialah jenis nafsu syahwat yang tahan sabar dan pertimbangannya tidak terjejas walau perlu menunggu dalam tempoh yang lama. Kemampuan untuk merasa nikmat adalah rendah.

Wanita yang punya nafsu syahwat tinggi (Chanda-vega) akan sentiasa dambakan jimak. Dia mesti menikmatinya selalu dan dia tidak akan rasa puas dengan inzal yang hanya berlaku satu kali. Jika tidak dapat berjimak, dia akan kelihatan seperti hilang pertimbangan. *Pernah diceritakan ada isteri yang hatta menendang suaminya kerana merasa tidak puas. Walaupun itu tidak sepatutnya dilakukan, ia adalah contoh bagaimana wanita jenis ini boleh hilang pertimbangan.* Sebaliknya pula, wanita yang sejuk nafsu syahwatnya (Manda-vega) hampir tidak merasakan nikmat bila berjimak dan dia sentiasa menolak bila diajak berjimak. Sementara wanita yang normal nafsu syahwatnya (Madhyama-vega) adalah paling bernasib baik kerana dia tidak menghadapi kedua keadaan ekstrem yang disebutkan.

Dan terdapat tiga jenis Tempoh Terangsang (Kriya) yang membawa kepada inzal pada lelaki dan wanita. Pertama ialah Chirodaya yang mana rangsangan yang diperlukan adalah cukup lama sebelum dapat menunjukkan sebarang hasil. Kedua ialah Madhodaya bila mana proses rangsangan adalah sederhana. Ketiga ialah Laghudaya iaitu yang paling singkat.

# Gadis Lubang Tanduk

Istilah Lubang Tanduk merupakan satu istilah yang biasa digunakan oleh orang-orang Melayu sejak dahulu sebagai satu gelaran khas dan umum tentang sempitnya saluran faraj seseorang wanita.

Bagi yang kurang tahu mengenai cirinya, maka Lubang Tanduk jadi gelaran umum. Mana-mana gadis yang genit serta menawan mungkin akan digelar Lubang Tanduk.

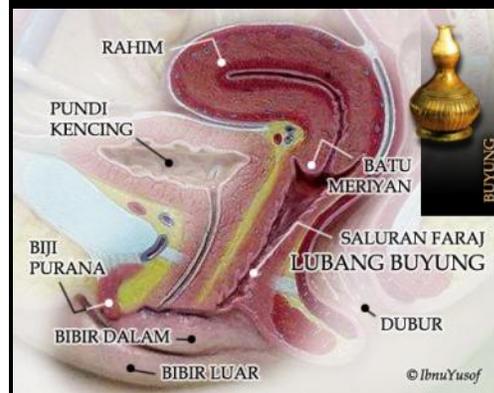
Lubang Tanduk

Lubang Buluh

Lubang Buyung

Secara asasnya Lubang Tanduk itu adalah istilah yang digunakan untuk menerangkan ciri wanita yang mempunyai saluran faraj yang sempit. Ciri ini menjadi dambaan lelaki kerana dari berbagai sumber tradisional Melayu, India dan Cina, faraj yang sempit salurannya dianggap dapat memberikan kenikmatan yang tinggi kepada pihak lelaki dan wanita itu sendiri ketika jimak.

Dalam ilmu jimak India Kuno, yang menjadi fokus ialah dari segi panjang atau pendek saluran faraj wanita. Gadis yang mana saluran farajnya pendek diberi gelaran Gadis Rusa. Dalam ilmu jimak Cina Kuno besar kecilnya saiz saluran faraj lebih diutamakan. Kerana itu orang-orang Cina pada zaman dahulu mendambakan gadis yang mulutnya kecil kerana mereka percaya bahawa saiz mulut seseorang wanita itu adalah gambaran atau lambang kepada bentuk dan saiz farajnya.

Secara khusus pula, istilah Lubang Tanduk ini bermaksud keadaan saluran faraj yang bukan saja sudah sedia sempit malah ia semakin sempit di kedalamannya. Semakin jauh zakar ditusukkan maka akan terasa semakin sempit sebagaimana sempit dan kecilnya hujung tanduk. Dan keadaan lubang faraj ini melengkung ke atas, serupa seperti sifat tanduk. Panjang atau pendeknya saluran itu tidak menjadi ukuran, namun orang Melayu lebih gemar jika saluran itu pendek bagi memudahkan zakar menusuk hingga jejak ke Batu Meriyan.

Orang-orang Melayu percaya bahawa Gadis Lubang Tanduk agak sukar ditemui. Ramai wanita adalah dari jenis Gadis Lubang Buluh iaitu satu ciri bila mana saluran farajnya sama saja sempit atau luasnya sama ada di pangkal atau di hujungnya. Terdapat satu lagi jenis lubang faraj yang diketahui oleh orang Meyau dahulu iaitu Gadis Lubang Buyung. Wanita jenis ini pula mempunyai saluran faraj yang sempit di permukaannya tapi semakin melebar dan luas di kedalamannya. Jenis faraj ini tidak digemari oleh lelaki atas alasan bahawa ianya tidak memberikan rangsangan yang cukup keatas kepala zakar sebaliknya ia akan mencengkam pangkal zakar.

Zakar Jerung

Zakar Burung

Zakar Tedung

Dari segi kesesuaian bentuk zakar pula, orang-orang Melayu telah membahagikan bentuk zakar kepada 4 jenis utama iaitu Zakar Burung, Zakar Jerung, Zakar Payung dan Zakar Tedung. Bentuk Zakar Burung ialah besar di pangkal tetapi tirus di hujung. Zakar Jerung pula serupa besar lilitannya sama ada di pangkal mahu pun di hujung. Zakar Payung pula adalah sebagaimana Zakar Jerung tapi bezanya ialah pada kepala zakar yang besar. Zakar Tedung pula agak unik bentuknya. Secara asasnya ia berbentuk seperti Zakar Jerung tapi saiz di bahagian tengkuknya besar dan kembang sebagaimana tengkuk ular tedung.

Nama bagi bentuk-bentuk zakar ini tidak mengambilkira dari segi saiznya, sama ada besar atau kecil dan sama ada panjang atau pendek. Ini kerana dari segi panjang pendek, dan dari segi besar kecil, ada gelaran lain yang diberikan. Bagi zakar yang besar ia digelarkan sebagai Banar sementara yang kecil dipanggil Pipit. Bagi zakar yang panjang ia diberi gelaran Belalai sementara yang pendek digelar Konek. Gelaran lain seperti Batang atau atau Awang atau Barang atau Anak juga digunakan di sesetengah tempat namun ia tidak merujuk kepada sebarang saiz atau bentuk bagi zakar itu.

Setakat yang diketahui, orang-orang Melayu tidak memperincikan dari segi kesepadanan bentuk dan saiz zakar berbanding faraj. Mereka lebih fokus kepada lubang faraj yang sempit dan menganggap bahawa bertuahlah mana-mana lelaki yang mendapat isteri jenis Gadis Lubang Tanduk. Dari segi bentuk zakar pula, lelaki yang dianggap bertuah ialah yang punya Zakar Tedung. Zakar jenis ini dianggap mudah untuk memuaskan isteri ketika jimak kerana tengkuknya besar.

Zakar Payung

Sebenarnya zon sensitif dalam saluran faraj wanita ialah yang berada hampir dengan pintu faraj, iaitu sekadar 2 inci ke dalam. Di sanalah terdapat banyak urat-urat perasa yang bakal memberikan signal sama ada sesuatu jimak itu nikmat atau sebaliknya. Di sana juga terdapat Titik Lazat Cita sebagaimana tercatat dalam Kitab Hukum Jimak atau apa yang dinamakan G-Spot oleh Barat. Dalam jimak, orang-orang Melayu berpesan agar 'jangan beri habis' maksudnya elakkan dari sentiasa menusukkan zakar jauh ke dalam hingga jejak ke Batu Meriyan. Ini mempunyai rahsianya tersendiri kerana dengan cara itulah isteri akan mencapai tahap kenikmatan yang cukup tinggi akibat rangsangan yang dilakukan secara kerap di zon sensitif tadi. Di sinilah Zakar Tedung mempunyai kelebihan.

Zakar Tedung akan merangsang Titik Lazat Cita ini dengan lebih berkesan. Dengan melakukan Dayungan Anak Ayam Turun Sepuluh, suami akan melakukan dayungan-dayungan secara dangkal bermula dari 9 kali dayungan dangkal dan 1 dayungan dalam, kemudian dikurangkan jadi 8 dayungan dangkal, 7, 6 dan seterusnya hinggalah tinggal 1 dayungan dalam. Kemudian proses itu diulang lagi. Dengan cara inilah isteri akan merasakan berbagai nikmat dari dayungan itu. Dayungan-dayungan dangkal itu akan menyebabkan faraj isteri mendambakan dayungan dalam, dan strategi hanya mendayung dalam 1 kali sambil dayungan dangkal dikurangkan ialah agar dambaannya semakin memuncak dan dia akan jadi terkejut akibat dayungan dalam yang datang lebih awal.

Orang Melayu dahulu mengetahui bahawa Gadis Lubang Tanduk salah satu tapak kakinya pengkar ke dalam. Apabila dia berjalan lenggangnya digelar Lenggang Itik Pulang Petang.

Satu lagi, Zakar Tedung ialah jenis zakar yang mudah menjadi lebih besar jika diurut, mudah menegang dengan keras terutamanya di waktu pagi, dan tahan lama bila berjimak.

Dari segi bentuk zakar dalam konteks Makam Yang Lima, perlu diketahui bahawa semua makam berada di dinding-dinding faraj zon sensitif iaitu sekadar 2 inci dan sedikit ke dalam, melainkan Makam Tengah yang menuju ke arah Batu Meriyan di hujung saluran faraj.

Walau apa pun bentuk dan saiz zakar, boleh dikatakan kesemuanya akan mampu untuk merangsang zon sensitif ini terutamanya Titik Lazat Cita. Dan rangsangan yang dilakukan itu perlu diteruskan hingga isteri inzal di setiap makam.

Ilmu Makam Yang Lima merupakan strategi penyelesaian atau 'jalan tengah'

bagi semua bentuk dan saiz zakar dan faraj, dan ini amat membantu jika suami berzakar kecil dan pendek sementara isterinya pula punya saluran faraj yang besar lagi panjang.

Rahsia asas dari Makam Yang Lima dalam menyelesaikan masalah saiz ini ialah pada tusukannya yang menyerong. Ini akan menyebabkan berlakunya geseran yang optima pada dinding faraj dan mempercepatkan proses berlakunya inzal. Satu lagi rahsia yang nampaknya belum dijumpai tercatat dalam mana-mana kitab kuno ialah Tusukan Agah Anak. Ia adalah strategi bila mana suami akan menusukkan hujung zakarnya ke arah salah satu makam, dan bila isteri terkejut maka dayungan akan diteruskan ke makam itu dulu hinggalah isteri inzal. Kemudian dilakukan Tusukan Agah Anak ini hinggalah selesai semua makam.

Lenggang Itik Pulang Petang adalah cantik menawan dan menjadi salah satu lambang kehalusan budi pekerti orang Melayu.

Kaedah ini juga dapat menyelesaikan masalah mengenalpasti bahagian mana dari faraj isteri itu yang lebih sensitif dan mudah terangsang berdasarkan haribulan Hijrah. Tidak ramai lelaki sekarang yang ambil pusing berapa haribulan Hijrahkah dia melakukan jimak tersebut.

Kesimpulannya, secara umum semua disiplin ilmu jimak kuno menyatakan bahawa saluran faraj yang sempit adalah lebih baik untuk kepuasan kedua belah pihak. Faraj yang terlalu sempit pula dikatakan selalu akan menolak jimak kerana jimak itu dianggap menyakitkan. Saiz zakar yang besar terutamanya yang amat besar dan panjang pula tidak dianggap sebagai bernasib baik kerana ia menyakitkan bukan menyeronokkan. Kerana itulah berbagai disiplin ilmu jimak lebih menekankan tentang seni atau kaedah merangsang isteri dengan betul agar walaupun dari segi saiz kurang sepadan, jimak itu tetap akan menghasilkan kepuasan, dan faktor ini amatlah penting bagi orang-orang Islam dalam melaksanakan tugas mereka memberi dan melayani nafkah batin.

# Ilmu Kemutan Faraj

Kemutan faraj yang berkesan akan memberikan kenikmatan yang tiada terhingga semasa melakukan jima. Ia dapat dinikmati bukan saja oleh suami malah juga oleh isteri. Boleh dikatakan semua wanita tahu apa itu kemutan faraj dan boleh mengemut, namun kemutan yang tiada terlatih mengikut cara yang betul tidak bertenaga dan kurang punyai kesan yang dinyatakan di atas.

Di Benua Afrika, ada satu kaum di mana para wanita yang telahpun berkahwin melatih anak-anak dara yang bakal pengantin akan cara-cara mengemut. Ia satu ilmu yang mempertingkatkan daya kemutan otot-otot faraj agar boleh dikecutkan dan mencerut batang dan kepala zakar suami dan menolong agar suami lebih lambat memancutkan mani dan lebih sayang kepada isteri kerana pandai dalam memuaskannya menerusi cara kemutan.

Latihan mengemut faraj ini dilakukan secara sedar iaitu dengan berlatih 20 kali kemutan setiap hari, selama sebulan penuh.

1. Latihan Kemutan Luar

   la adalah kemutan otot yang dipanggil Bulbo Cavernosus. Otot ini terletak di kiri serta kanan liang faraj. Bila ia menguncup maka lubang faraj akan terpicit dan hampir menutupnya. Otot ini berfungsi sama seperti bibir apabila hendak bersiul. Bulbo Cavernosus adalah otot pertama yang hendak dihidupknn menerusi latihan ini. Ia juga dipanggil Otot Pengemut Faraj. Latihan ini juga akan menghidupkan otot kedua iaitu Otot Pengemut Saluran Kencing.

   Cara yang perlu dilakukan ialah, cuba tumpukan perhatian seolah-olah mahu menahan kencing iaitu dengan menarik otot punggung ke dalam. Latihan ini diulang 20 kali sekurang-kurangnya dengan sedaya upaya dan penuh konsentrasi serta menahan kemutan itu 7 saat pada setiap kali dilakukan.

2. Lauhan Kemutan Dalam.

   Latihan ini melibatkan 3 otot utama iaitu otot Pubococeygeus, Olliococeygeus dan Puborectalis. Ia bermula dari dubur ke kawasan ari-ari dan mengelilingi kawasan dalam faraj. Bila otot ini mencerut, ia menarik sama dinding-dinding faraj dan memicit zakar. Kumpulan otot ini adalah kuat dan dapat memberikan keseronokan jika digunakan dengan betul.

   Caranya ialah, lakukanlah seolah-olah mahu menahan dan mahu memasukkan semula tahi ke dalam dubur. Ulangi 20 kali dan buatlah setiap hari selama beberapa minggu.

   Suami digalakkan mengajarkan ilmu ini kepada isteri kerana faedahnya besar untuk kebahagiaan rumahtangga. Bincangkan perkara ini kepada isteri agar dia mengetahui dan mempraktikkannya.

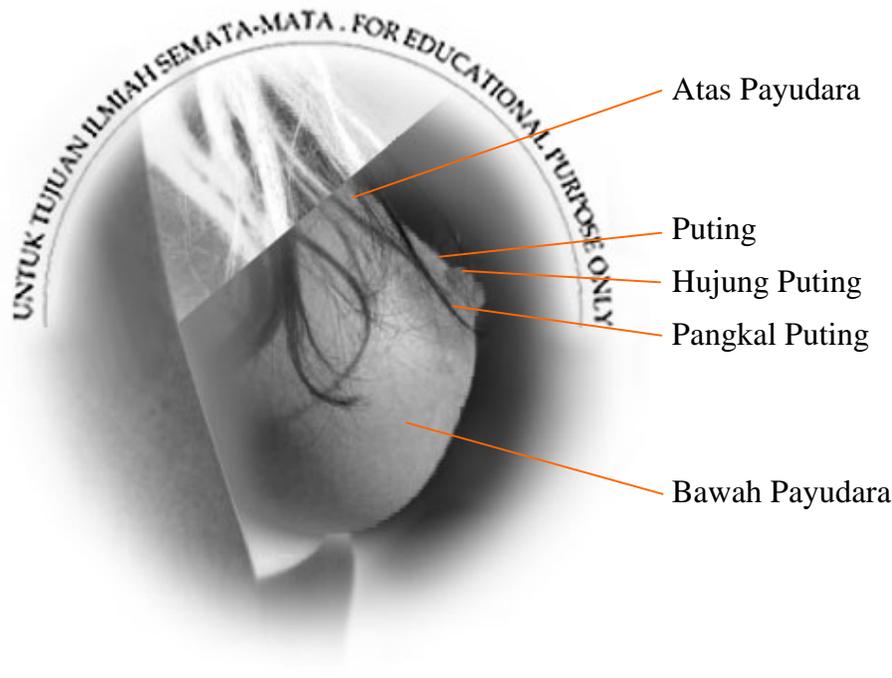
# Mengenal Ghairah Faraj

Faraj yang berada di dalam keghairahan dan bersedia untuk jimak dapat dikenal. Ilmu pengetahuan berikut patut diketahui bagi membolehkan suami menjimak isteri tepat pada masanya. Perlu untuk diketahui bahawa masa yang diambil oleh isteri untuk ghairah adalah lebih lama begitu juga masa untuk mengendur lebih lama berbanding dengan zakar. Proses perubahan peningkatan ghairah faraj adalah:

1. Semua pembuluh darah yang membekal darah ke faraj secara keseluruhannya akan mengembang sebagaimana zakar tegang.
2. Tisu-tisu seperti sepan di sekeliling bibir kecil dan juga bibir besar faraj akan mengembang dan menjadi bengkak.
3. Biji purana menjadi tegang dan menampakkan diri dari celah-celah kulupnya (purana yang menutupinya).
4. Bibir faraj (bibir luar) akan membesar.
5. Dinding-dinding faraj sebelah dalam mengeluarkan mazi iaitu sejenis cecair yang sangat licin dan tidak berwama. Ia bertujuan untuk melicinkan faraj bagi memudahkan jimak.
6. Pukas mengembang, ia membentuk ruang di hadapan faraj dan memanjangkan saluran faraj serta menyediakannya untuk menerima zakar. Ia juga menjadikan biji purana dan bibir kecil faraj lebih terkeluar dan lebih senang menyentuh zakar.
7. Saluran faraj berubah menjadi silinder yang berlubang dan terbuka untuk menerima zakar. Saluran ini pada masa tidak ghairah berkeadaan leper dimana langitnya menyentuhi buminya.
8. Berkemungkinan pada peringkat ini, satu jenis cecair yang dipanggil Nisa'u Ibtida'u Rahim akan keluar dari faraj. Ia adalah cecair yang agak pekat berwama putih dan berupa seperti putih telur setengah masak.

Tanda-tanda keghairahan faraj ini akan diikuti oleh badan isteri yang bergerak-gerak. Faraj akan bergerak-gerak dan mengemut. Nafas isteri akan semakin kencang. Daya sedar isteri akan berkurang dan matanya tertutup dan mungkin dia akan mengerang keseronokan. Ini adalah tanda bahawa masa untuk menjimak isteri telah sampai, lantas jalankan kaedah menjimaknya pula.

Pengetahuan mengenai keghairahan faraj ini haruslah dipelajari bersama dengan Ilmu Istimta’ serta bayan-bayan yang ada di buku ini. Kaedah-kaedah itu membantu pembaca untuk mengetahui bagaimana mencumbui isteri dengan cara bertertib dan berkesan. Ilmu Insan patut di baca bersama tajuk ini begitu juga Edaran Nafsu dan juga Suhu Badan isteri. Semoga dengan gabungan pengetahuan ini, para pembaca dapat mengenal dan memuaskan nafsu isteri dengan baik.

# Payudara Dan Sekitarnya

Payudara perempuan adalah lubuk nafsu yang digelar Nafsu Badan. Bentuk payudara yang mana putingnya mendongak ke atas di katakan dimiliki oleh perempuan yang mempunyai nafsu jimak yang membara dan bentuk ini biasanya dicari oleh lelaki yang mementingkannya. Saiz payudara yang besar dikatakan dipunyai oleh perempuan yang kuat nafsunya tapi kurang akalnya. Wanita yang mempunyai payudara yang kecil dikatakan mempunyai sifat keibuan, boleh menjadi ibu yang baik. Warna puting payudara adalah lebih cerah ketika seorang perempuan itu masih dara, jika dia berkulit cerah, warna puting itu seakan merah muda. Dan semasa dara, putingnya pun kecil dan payudara biasanya lebih keras. Bila telah berkahwin terutamanya masa hamil, puting payudara akan berubah warna menjadi kehitaman.

Payudara memang memainkan peranan besar dalam meningkatkan keghairahan suami. Kawasan yang paling mengghairahkan isteri pada payudara menurut pengajaran orang Melayu ialah di bahagian putingnya terutamanya di bahagian kiri, yang biasanya lebih besar. Sentuhan pada bahagian puting secara langsung meningkatkan ghairah di bahagian faraj dan rahim wanita. Yang penting diketahui ialah bagi merangsang payudara, ia tidak harus dilakukan dengan kasar tetapi lemah lembut, seperti antara menyentuh dengan tidak. Cara membangkitkan nafsu payudara menurut pengetahuan Melayu ialah sama ada mencumbu payudara atau putingnya kemudian membelai faraj dan kembali untuk membelai payudara. Boleh juga menggeselnya menggunakan zakar. Boleh juga mengusapnya perlahan dengan jari di hujung puting atau menggaru hujung puting dengan kuku atau menggentel puting atau menjilat dan menghisap sekitar puting terutamanya di bahagian bawah payudara atau mengusap puting dengan telapak tangan. Perlu dicatatkan bahawa gentelan pada puting, apabila kena caranya, lemah lembut dan kena masanya, boleh membuatkan isteri inzal walau sebelum melakukan jimak. Itulah rahsia Nafsu Badan.

# Nafsu Jimak Seorang Perempuan

Masyarakat Melayu mengajarkan bahawa secara umumnya wanita itu mempunyai 9 tempat nafsu keghairahan jimak. Dari jumlah itu hanya 3 saja mampu dikendalikan oleh suami melalui sentuhan dan geselan. Pengetahuan tentang tempat nafsu ini dapat dikesan berasal dari sarjana Islam kerana telah dicatatkan oleh Al-Fadhil Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya dalam kitab Al-'Ubab.

Objektif mengetahui tiga tempat nafsu yang bisa dikendalikan ini adalah supaya dapat dilakukan tindakan yang sesuai untuk satu-satu tempat rangsangan dan mengenal pasti cara mempertingkatkan keghairahan isteri. Nafsu wanita beralih tempat mengikut masa. Dengan mencari tempat nafsu berada maka rangsangan mampu ditumpukan pada tempat itu agar isteri cepat inzalnya. Kata orang-orang Melayu seorang wanita boleh mencapai inzal berpuluh kali dalam satu perlakuan jimak sekiranya kaedah ini dimahirkan. Tiga tempat nafsu adalah sehagaimana berikut:

I. Nafsu Dalam.

Nafsu ini berada di dalam faraj iaitu segala anggota lubang faraj dan otot-otot serta deria rasa yang ada padanya. Untuk membolehkan cepatnya isteri inzal maka suami perlu tahu bagaimana cara bagi memulakan jimak melalui ilmu Makam Yang Lima iaitu lubuk-lubuk untuk dirangsang dan ia termasuk Nafsu Dalam. Rangsangan yang kuat dari zakar diperlukan bagi memuaskan kesemua makam. Lubuk Nafsu akan dicari, ia beralih tempat di masa yang berbeza. Cara mencari ialah dengan menusuk kepala zakar sekadar hasyafah ke dinding kiri atau kanan, atas atau bawah sekali tusuk dan berhenti untuk menanti reaksi isteri. Jika isteri terkejut dengan tusukan itu maka nafsu itu berada di dalam. Jimak harus dimulakan dari makam yang berkaitan hinggalah isteri inzal di makam itu. Otot cincin faraj akan menjadi kembang dan kuncup dengan cepat dan faraj akan menyedut, mahu menerima mani suami. Sekiranya semua makam ditusuk (dicari) tetapi isteri tidak menunjukkan reaksi positif maka zakar ditarik keluar dan tumpuan sekarang adalah Nafsu Luar.

II. Nafsu Luar.

Ia berada pada segala kawasan purana, urat jarum serta bibir dalam faraj isteri. Kenakan zakar di situ atau gentel purana hingga isteri inzal. Dikatakan bahawa di purana ada tempat keluar mani yang dipanggil Nisak Allah. Setelah dia inzal di peringkat ini barulah jimak diteruskan. Jika tiada reaksi positif maka pergi ke Nafsu Badan.

III. Nafsu Badan.

Ia terletak di payudara dan sekitarnya. Ramas atau jilat payudara isteri hingga dia inzal. Barulah teruskan jimak. Jika semua kaedah tiada berhasil maka rangsang sekaligus ketiga-tiga nafsu sambil berdayung maka akan cepatlah inzal isteri.

# Rahsia Makam Yang Lima

Seksologi moden mengandaikan bahawa nafsu adalah satu tenaga yang statik dan rangsangan akan dapat membangkitkannya. Di Timur nafsu dikenali sebagai satu tenaga yang beredar atau mengalir atau berubah tempat. Di sini terdapat perbezaan besar antara Barat dan Timur. Logika peredaran dapat dipastikan dengan melihat semua kejadian yang lain. Bintang, bulan, matahari dan bintang semuanya beredar di atas burujnya. Wanita juga mempunyai masa kesuburan dan pusingan haidnya. Islam juga menyatakan bahawa nafsu wanita itu beredar menurut hari. Dalam istilah moden kepekaan seks berubah tempat pada tubuh badan wanita dengan beredarnya waktu. Pada satu waktu nafsu itu berada di satu tempat. Pada masa yang lain ia berada pula di tempat yang lain.

Lubang faraj adalah tempat rangsangan yang utama semasa jimak untuk menimbulkan kepuasan dan inzal. Di situlah letaknya Makam Yang Lima. Kedudukan lubang faraj akan berubah dengan teknik tusukan yang diserong atau diluruskan. Rasa kenikmatan akan berbeza. Namun fokus adalah terhadap memuaskan setiap rasa yang berbeza itu. Contohnya bila kita makan maka kita mahu puas makan nasi, puas makan lauknya dan puas meminum air. Makam Yang Lima adalah satu seni. Di Barat segala variasi posisi jimak itu mempunyai fungsi juga dalam memuaskan Makam Yang Lima tetapi ia dilakukan tanpa disedari dan tanpa sistem tertentu. Rangsangan yang dilakukan ke satu tempat tetapi tidak dihabiskan sehingga isteri inzal tidak akan mendatangkan kebaikan malahan menyakitkan perasaannya. Ia ibarat memberi seorang yang sedang dahaga hanya setitik air minuman. Dia akan bertambah dahaga dan tiada puas.

Seni tentang Makam Yang Lima itu penting. Ini supaya isteri dapat merasai inzal dalam hidup jimaknya. Di Barat terdapat ramai isteri yang tidak pernah merasa inzal. Ini adalah hasil kajian seksologi di sana. Di Timur kita mengenal inzal isteri berlaku banyak kali dan boleh berlaku dalam jarak yang amat singkat. Ada sesuatu yang tidak kena di Barat yang perlu dihalusi dan dicari jawapannya melalui pengetahuan Timur. Masalah isteri tidak puas sepatutnya diselesaikan dengan cara yang bersungguh-sungguh kerana ia dapat membawa kesan yang buruk pada masyarakat keseluruhannya.

Orang-orang tua Melayu mampu memberi inzal kepada isterinya berkali-kali dalam satu jimak sebelum dia sendiri inzal. Masa jimak itu bukanlah berjam-jam tetapi adalah masa yang normal iaitu dari 5 hingga ke 45 minit. Inzal isteri boleh berlaku berulang dalam jarak cuma satu minit. Sekurang-kurangnya matlamat satu jimak ialah lima kali inzal isteri. Itulah pengajaran orang tua-tua.

Apabila makam yang tepat telah dikenal pasti di situlah lubuk nafsu isteri berada. Tusukan pada dinding yang berkaitan akan cepat menjadikan isteri inzal. Dengan beberapa kali tusukan saja isteri akan berupaya untuk inzal. Kemudian barulah beralih ke makam yang lain dan menginzalkannya hingga selesai semua makam.

Ilmu mengenai Makam Yang Lima berguna bagi mengetahui kaedah yang bersistem dan berkesan untuk memuaskan isteri tatkala berjimak. Antara kitab awal yang membincangkan perkara ini ialah Kitab ‘Ubab yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Melayu disekitar tahun Hijrah 1346. Di bawah ini dipaparkan sedutan dari kitab tersebut, pada membicarakan tentang cara memposisikan isteri bagi mencapai makam. Nama- nama makam itu dipercayai tiada kaitan dengan sesiapa manusia pun, ia hanya nama khas makam yang berkaitan.

Diyakini bahawa pengetahuan mengenai Makam Yang Lima di kalangan orang-orang Melayu lama adalah berasal dari kitab yang diterjemah dari Kitab asal karangan Al-Fadhil Ahmad Bin Sulaiman Kamal Basya. Kitab terjemahan itu dinamakan Hukum Jimak. Dipercayai bahawa kitab itu adalah kitab ilmu jimak yang paling terkenal dan mempunyai jumlah pembaca yang ramai sejak beberapa dekad yang silam.

Adalah besar kemungkinannya majoriti masyarakat Melayu lama membaca dan mengamalkan pengetahuan ini berdasarkan fahaman masing-masing. Interpretasi yang berbeza-beza mengakibatkan timbul variasi-variasi mengenai praktiknya. Dalam mengajarkan ilmu perkahwinan kepada anak-anak muda, Makam Yang Lima ada disentuh dan ia adalah lebih merupakan strategi mempercepatkan isteri inzal.

# Makam Yang Lima

**MAKAM KANAN ATAU PINTU KANAN**

Dipanggil juga Makam Omar di kanan Khadijah. Suami datang dari sebelah kiri, ertinya dia menusuk zakar dari sebelah kiri isteri. Cara bagi sampai ke makam ini ialah dengan cara melipatkan kaki kanan isteri dan melunjurkan kaki kirinya seperti gambar ini.

**MAKAM KIRI ATAU PINTU KIRI**

Ia juga dipanggil Makam Usman di kiri Salamah. Pada dasarnya makam ini adalah posisi yang berlawanan konsep dari makam kanan dan biasanya ia dipraktikkan sebelum atau selepas makam kanan

# Makam Yang Lima

**MAKAM BAWAH ATAU PINTU BAWAH**

la juga dipanggil Makam Ali di bawah Aisyah. Untuk sampai ke makam ini ialah dengan melipatkan kedua-dua kaki isteri seolah-olah bersila kedua kakinya itu. Zakar anda harus ditekankan kepada purana untuk mencapai kesan maksima.

**MAKAM ATAS ATAU PINTU ATAS**

Juga dipanggil Makam Abu Bakar di atas Maimunah. Caranya ialah dengan mendirikan kedua kaki isteri dan kepala zakar anda menusuk langit rahim atau bahagian atas rahim.

# Makam Yang Lima

**MAKAM TENGAH ATAU PINTU TENGAH**

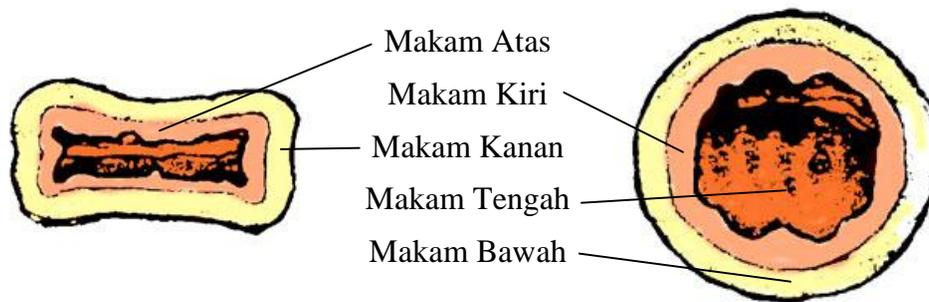
Dipanggil juga Pintu Laut. Caranya ialah dengan menjulangkan isteri agar dia seolah-olah duduk dan datangi dia dari depan. Posisi ini agak meletihkan suami kerana tenaga diperlukan bagi mengangkat isteri. Biasanya posisi ini dijayakan sebagai posisi paling akhir dari kesemua makam.

Adalah perlu dijelaskan bahawa Makam Yang Lima ini adalah bahagian dari Nafsu Dalam isteri anda. Bagi menjayakan ilmu ini, anda perlu mengetahui Ilmu Insan dengan sempurna. Yang dikatakan Ilmu Insan itu adalah mengetahui hakikat bahawa nafsu perempuan itu beredar dari satu tempat ke satu tempat bergantung pada hari serta masa. Sila rujuk kepada tajuk Nafsu Jimak Seorang Perempuan, di sana dinyatakan secara terperinci tentang Ilmu Insan dan bagaimanakah caranya untuk anda menjayakan Ilmu Makam Yang Lima ini.

Perlu dicatat bahawa biasanya dayungan jimak dilakukan bermula dengan mencari Makam Lazat, tusukan ke Kiri atau kanan atau atas atau bawah atau tengah lubang Faraj dijelaskan dalam Ilmu Insan. Dayungan adalah dilakukan pada Makam Lazat itu dahulu hinggalah inzal isteri anda pada Makam Lazatnya itu. Kemudian baru anda cari Makam Lazat berikutnya dan teruskan lagi hingga dia inzal. Proses ini berlaku terus menerus hingga semua Makam Lazat telah dipuaskan. Tidak penting berapa kalikah isteri anda inzal selepas itu. Apa yang penting di dalam praktik Ilmu Insan dan Makam Yang Lima ini ialah agar anda dapat inzal bersaing dengan inzal terakhir isteri anda. Inzal yang itulah peringkat kemuncak segala inzal bagi isteri kerana pada ketika itulah dia menerima pancutan mani yang kuat serta panas sambil menyedutnya dengan otot-otot farajnya. Fahamilah betul-betul konsep ini agar anda dapat mencapai kebahagiaan hasil praktik ilmu ini.

# Logika Makam Yang Lima

Ilmu mengenai Nafsu Dalam wanita dari segi tradisional mempunyai logika apabila kita merujuk dalam ilmu Gynaecology. Kita akan mulai dengan meneliti bentuk kejadian lubang faraj.

Menurut sains moden, lubang faraj ketika dalam keadaan biasa dan tenang akan berbentuk leper. Dinding atas akan bertemu dengan dinding bawah, dinding kiri akan menghampiri dinding yang kanan. Maka keadaannya adalah berlipat kemas. Ia boleh berbentuk begitu kerana otot-otot pada setiap dari empat bahagian tersebut berada dalam keadaan tenang dan mengendur. Kita bisa melihat bentuk yang dimaksudkan itu dengan merujuk kepada keratan lintang Lubang Faraj sebagaimana gambar sebelah kiri di bawah ini:

Apabila bentuknya yang asal adalah sedemikian maka jelas bahawa deria rasa pada setiap bahagian adalah berbeza. Ini dikuatkan dari fakta bahawa di luar dinding lubang faraj ini terdapat urat-urat yang berfungsi sebagai perasa dan pengalir darah yang banyak dan halus-halus. Jika rangsangan tertumpu kepada satu bahagian maka rasanya akan berlainan kerana urat perasa yang mendapat signalnya adalah berbeza kedudukannya. Empat otot yang berbeza mengawal dinding ini membuatkan ia boleh menjauhi (mengembang) apabila dalam keadaan ghairah.

Di dalam gambar sebelah kanan lubang faraj adalah di dalam keadaan ghairah, bila mana kesemua dinding-dinding yang tadinya rapat bertemu sekarang berjauhan sebagai persediaan menerima kemasukan zakar. Urat-urat perasa empat bahagian ini akan tetap merasai rangsangan secara berbeza. Jika zakar itu ditusukkan ke bahagian kiri maka urat-urat perasa bahagian itulah yang akan mendapat lebih signal kerana rangsangan yang optima. Ia membawa signal ke otak dengan keadaan kejadiannya lantas otak mentakrifkan rangsangan itu sebagai rasa tersendiri yang nikmat. Jika rangsangan berlaku seimbang maka semua urat perasa merasainya serentak dan rasa kenikmatan juga berbeza. Itu adalah makam yang tengah dan melengkapkan konsep Makam Yang Lima.

Maka logika Makam Yang Lima terletak pada deria sentuhan yang ada pada empat bahagian berbeza dinding faraj. Apabila rangsangan berlaku pada satu bahagian di satu masa dan perbezaan rasa yang berlaku jika kesemua deria ini merasai rangsangan sekaligus tetapi pada kali ini rangsangan adalah teragih dan bukan optima seperti mana rangsangan tumpuan ke satu-satu bahagian dinding.

# Rahsia Bahagian Yang Kiri

Kejadian alam ada pasangannya. Jika ada kekuatan maka ada pula kelemahannya. Lelaki dikaitkan dengan kekuatan maka lelaki adalah yang kanan. Menurut agama Islam, Kristian dan Yahudi, Hawa dijadikan dari tulang rusuk kiri Adam (floating rib) yang bengkok. Kejadian bahagian kiri dan kanan adalah fenomena alam dan mempunyai rahsia yang tersendiri. Nafas kanan dikaitkan dengan kekuatan sedangkan nafas kiri dengan kelemahan. Menurut pengetahuan bangsa Cina lelaki itu 'Yang' perempuan 'Yin'. Kanan dikaitkan dengan kekuatan dan kiri dengan kelemahan. Kanan adalah akal dan kiri adalah nafsu.

Seorang wanita adalah kejadian yang kiri. Bahagian kanan dikaitkan dengan kekuatannya dan kiri adalah kelemahannya. Bila merujuk dari segi kebiasaan pekerjaan, sentuhan, rasaan serta pengalaman, bahagian kanan telah masak manakala bahagian kiri masih muda. Kanan adalah bahagian yang berjaga sementara kiri tidur. Masyarakat Melayu dahulu menyatakan bahawa bahagian yang kiri adalah bahagian kelemahan wanita dan mudah dirangsang.

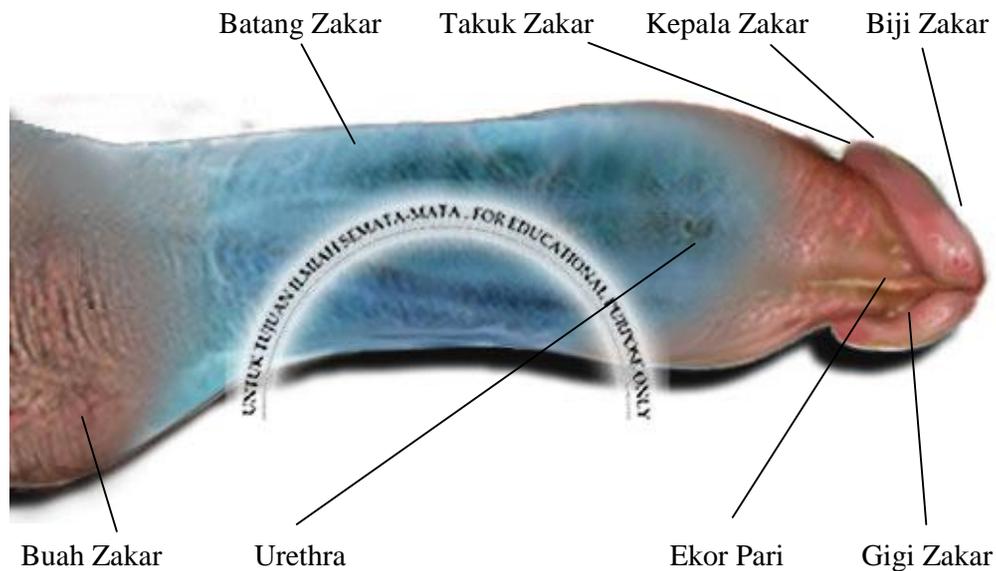
Bahagian kiri adalah bahagian yang paling mudah untuk 'memayahkan' wanita yang bisa menerbitkan rasa resah-gelisah serta ghairah nafsu jika disentuh oleh kejadian yang kanan iaitu lelaki. Undang-undang perpasangan bagi alam mempunyai ketentuan umum. Sebagaimana besi berani (magnet), kutub yang berlawanan akan menghampiri sedangkan kutub yang sama akan menjauhi. Rangsangan ke bahagian kiri isteri adalah mudah kerana suami biasanya akan mendatangi dari bahagian yang hadapan dan tangan kanan suami paling mudah merangsang bahagian tubuh isteri sebelah kiri.

Islam menyarankan agar memulakan dengan bahagian yang kanan. Ini tidak bercanggah dengan rahsia bahagian kiri kerana dalam Istimta' cara Islam akan disusuli pula ke bahagian yang kiri sebagai puncak rangsangan dan lubuk kelemahan.

Nafsu isteri itu beredar mengikut waktu. Sukar untuk dipastikan dimana kelemahan berada pada suatu masa. Antara kaedah yang baik ialah menyasarkan rangsangan ke bahagian yang kiri. Cari bahagian mana pada tubuh yang paling lemah dan terasa geli dan rangsang tempat itu sebelum jimak. Tempat yang mungkin tersembunyi nafsu ghairah ialah sama ada:

1. Tepi leher sebelah kiri dan kawasan bawah telinga.
2. Kawasan cuping telinga kiri dan seluruh telinga kiri.
3. Tengkuk iaitu sebelah kiri di bawah rambut.
4. Peha iaitu sebelah dalam peha yang kiri.
5. Payudara serta putingnya yang sebelah kiri.
6. Rusuk serta bawah rusuk yang kiri.
7. Pinggul sebelah kiri terutamanya kawasan tulang pinggul.
8. Lubang telinga sebelah kiri, tiup dengan perlahan-lahan.

Jika dilakukan dengan lemah lembut dan berhati-hati maka akan mudahlah meningkatnya ghairah isteri.

# Zakar Seorang Lelaki

Alat kelamin lelaki dipanggil Zakar dan ia mempunyai beberapa komponen utama iaitu kepala zakar, batang zakar dan buah zakar. Batang zakar adalah semata-mata urat yang sarat dengan darah di dalam pembuluhnya apabila ia menegang. Kepala zakar ialah alat utama yang mempunyai sensasi paling kuat berbanding bahagian yang lain. Ia adalah bahagian yang amat peka kepada sentuhan. Faedah orang yang berkhatan ialah bahawa kepala zakarnya kurang sensitif pada sentuhan dan kepala zakar itu menjadi kulit yang lebih kasar dan lebih memberi nikmat kepada perempuan.

Adalah penting untuk mengetahui bahagian kepala zakar anda. Yang baiknya ialah jika anda mempunyai kepala zakar yang besar. Di takuk zakar itu ada daging-daging yang kesat jika disentuh. Bahagian ini amat memberi nikmat kepada isteri apabila anda menarik zakar anda di dalam lubang farajnya bila berjimak. Anda juga mempunyai Gigi Zakar iaitu daging yang juga kesat berada di bahagian hujung batang zakar di bawah takuk zakar. Daging-daging kecil ini juga memberi nikmat yang besar apabila bergesel dengan dinding rahim isteri anda. Maka apabila berjimak, pastikan anda gunakan bahagian ini dengan sebaik-baiknya.

Satu lagi komponen pada zakar anda yang tidak banyak diketahui umum ialah Biji Zakar. Ia tidak boleh dilihat dengan mata kasar tetapi anda boleh merasainya setelah selalu membuat senaman tenaga batin. Ia dapat dirasai menonjol di hujung zakar anda di sebelah atas lubang kencing itu. Biji zakar ini ialah alat yang bersentuh dengan batu meriyan isteri anda iaitu bahagian pangkal rahim apabila anda memasukkan seluruh batang zakar itu ke dalam faraj. Setiap kali Biji Zakar itu terhantuk kepada sesuatu (tidak semestinya batu meriyan) ia berfungsi dua perkara; pertama, ia lebih menegangkan zakar dan kedual ia menolong melambatkan keluar mani. Maka gunakanlah dengan cara yang sebaiknya bila berjimak.

# Zakar Jenis Berbeza

Ramai lelaki tidak tahu betapa besar atau kecilnya saiz zakarnya. Malah secara umumnya lelaki yang punya saiz zakar normal (bersaiz purata) fikir bahawa zakarnya kurang berbanding purata.

Setiap lelaki adalah unik dengan caranya tersendiri termasuklah dari segi saiz zakar. Ada lelaki punya zakar yang panjang kurus, sementara ada pula yang besar tapi pendek, dan yang dianggap beruntung oleh sebahagian wanita ialah lelaki yang punya senjata yang panjang dan besar. Tapi bagaimanakah anda tahu di manakah anda berada? Bagaimanakah untuk anda bandingkan dengan lelaki purata?

Cara mengukur zakar ialah dengan menggunakan pita pengukur. Ukurlah panjangnya, besarnya serta kecondongannya bila ia mengeras. Bila anda sudah mengukurnya bolehlah anda bandingkan dengan saiz purata zakar menurut kajian terkini di Barat.

Purata panjang zakar yang dicapai semasa ghairah dan mengeras diukur dari pangkal batang zakar hingga ke hujungnya ialah 5.8 inci. Dengan membelitkan pita pengukur di sekeliling pangkal zakar yang sedang mengeras akan diketahui pula berapa besarkah zakar anda. Purata ialah 5 inci keliling atau 1.6 inci diameter.

Untuk mengetahui darjah kecondongan zakar, berdiri dengan belakang anda bersandar di dinding. Zakar yang bila mengeras kecondongannya 180 darjah akan menjurus tepat ke dagu anda. Jika kecondongannya 90 darjah, ia akan menjurus tepat ke depan anda. Jika 0 darjah ia akan menjurus tepat ke kaki anda. Secara purata, kecondongan zakar bila mengeras ialah 106.8 darjah.

Jika ada keperluan, anda juga boleh mengukur zakar anda ketika ia lembik. Caranya ialah mengukurnya sejurus saja anda membuka pakaian kerana ini dapat mengelakkan udara panas atau sejuk menyebabkan zakar jadi kecut atau kembang. Secara purata, panjang zakar bila lembik ialah 3.43 inci.

Adakah saiz zakar itu penting? Ini mungkin salah satu soalan yang paling kerap ditanya di seluruh dunia. Ia sebenarnya adalah soalan yang tidak ada gunanya. Menurut Institut Kinsey, zakar terpanjang dalam rekod ketika ia mengeras ialah 13 inci sementara yang paling pendek ialah 1.75 inci. Saiz zakar itu penting hanya dan apabila anda fikir ia penting. Jika isteri anda mahukan zakar yang besar, maka saiz zakar penting buat dirinya dan hanya dirinya. Jika anda fikir zakar anda sepatutnya lebih besar, maka saiz zakar penting pada anda dan hanya anda. Tapi saiz zakar tidak penting hingga ke satu tahap, untuk memberikan rasa fizikal kepada isteri anda.

Ramai wanita melaporkan bahawa ramai lelaki punya saiz zakar yang panjang. Lubang faraj hanya sekadar 5 inci panjangnya, hatta zakar yang kecil mampu menyentuh setiap sudut dalam lubang faraj. Rahsia menikmatkan dan menggembirakan isteri dalam jimak tidak ada kaitan dengan saiz zakar. Yang penting ialah tumpukan pada gerakan dan tempo dayungan. Ramai wanita akan setuju bahawa saiz zakar saja tidak cukup untuk memuaskan mereka. Oleh itu buangkanlah kebimbangan anda tentang saiz zakar anda dan tumpukan kepada teknik atau seni jimak.

# Rahsia Unsur Zakar

Terdapat satu petua kuno untuk mengenal sikap lelaki berdasarkan pada ciri zakarnya. Petua ini dikenali dalam bahasa Arab sebagai Baitul Haq. Ia adalah petua yang berdasarkan kepada kepercayaan bahawa semua zakar boleh digolongkan kepada empat unsur iaitu tanah, air, api dan angin. Walau bagaimana pun kebanyakan zakar adalah kombinasi dari dua atau tiga unsur ini.

Tanah

ZAKAR TANAH

Ianya mudah untuk dikenal. Bentuknya seperti jenis sayur-sayuran yang akarnya berisi seperti keladi, keledek, lobak dan sebagainya. Ia adalah jenis akar yang akan tumbuh subur bila ditanam jauh dalam tanah yang gelap dan lembap. Biasanya Zakar Tanah saiznya besar, bentuknya tidak menentu dan warnanya gelap. Buah zakarnya pula biasanya besar, berbulu dan labuh. Zakar Tanah setia (homely) sifatnya dan amat berkemampuan. Ia gemar untuk bercucuk-tanam dan membajak, dan ia adalah yang teratas dalam mana-mana hubungan suami-isteri. Dia suka pada kaedah jimak yang biasa dan jarang melakukan kaedah yang pelik-pelik. Dia mungkin kelihatan agak ganas sedikit tapi dia lebih gemar melakukan jimak secara ringkas dan mudah seperti sifat dirinya. Mungkin lelaki yang punya Zakar Tanah kurang bijak.

Angin

ZAKAR ANGIN

Zakar jenis ini biasanya panjang, kurus dan pucat dan buah zakarnya berwarna cerah, membulat dan tidak labuh. Ia paling menghiburkan. Ia adalah zakar seni dan tuan punya zakar ini biasanya orang seni. Biasanya Zakar Angin ini ada bengkok pada batangnya, dan kerana sifatnya yang bengkok mungkin juga sebahagian dari tuan punya zakar ini punya selera seks yang pelik, atau suka melakukan salah-laku seks. Zakar Angin biasanya tidak setia dan tidak tetap pendirian. Bagaimana pun, bila hatinya dapat ditawan, Zakar Angin ini adalah pasangan yang paling bijaksana dan punya banyak idea dari sudut jimak.

Api

ZAKAR API

Zakar ini bersifat paling maskulin. Ia biasanya agresif, pendesak dan bersifat mengongkong. Bentuk zakar ini ialah tebal, lurus dan seimbang tapi tidak panjang. Dari sudut warnanya pula, ia merah cerah ataupun merah jambu yang semarak. Lelaki yang punya Zakar

Api punya selera jimak yang membara dan penggoda. Ramai wanita mungkin tertarik padanya. Melakukan jimak bersama lelaki Zakar Api adalah hangat, tapi kehidupan berumahtangga dengan lelaki ini mungkin

terasa bagai neraka. Ramai wanita mungkin tidak dapat bersabar dengan sikap lelaki ini.

Air

ZAKAR AIR

Zakar ini sikapnya lemah-lembut. Biasanya saiznya kecil, lembut dan bersifat kewanitaan. Lelaki yang punya Zakar Air biasanya adalah pemelihara hubungan suami isteri. Mereka akan memasak, membasuh, menseterika baju dan sebagainya. Peranan keibuan yang dilaksanakan olehnya kadangkala membuatkan isterinya rasa bersalah dan takut, terutamanya bila isteri sendiri memang suka pada kerja-kerja tersebut. Biasanya lelaki Zakar Air kuat nafsu jimaknya dan pandai memujuk wanita untuk melakukan seks dengannya.

# Saiz Zakar Dan Petua Jimak

Ramai mempunyai anggapan bahawa dalam segi seks, lelaki lebih cenderung untuk memuaskan diri mereka sendiri saja. Tapi dalam realiti, lelaki biasanya amat tertekan dan ambil berat tentang ciri-ciri zakar mereka untuk membolehkan pasangan benar-benar merasa nikmat. Kebimbangan berkaitan seks ini boleh menyebabkan berlakunya masalah lain seperti mati pucuk dan ini boleh diubati dengan memakan ubat. Bagaimana pun dalam banyak keadaan, ubat tidak perlu. Yang penting untuk dilakukan ialah berhenti dari merasa bimbang tentang saiz zakar.

Lelaki patut redha menerima saja apa yang dikurniakanNya, namun jika saiz zakar masih jadi kebimbangan, mereka boleh mempraktikkan berbagai teknik berbeza untuk meningkatkan mutu seni jimak. Memang mudah melakukan jimak, hanya masukkan zakar ke dalam faraj dan ianya selesai. Tapi biasanya ianya tidak semudah itu. Maka jika anda mahu jimak yang memuaskan tanpa ada kebimbangan serta mahu berkongsi perasaan bersama pasangan anda, anda mestilah gunakan apa yang anda ada secara optima.

Inilah masanya untuk belajar bagaimana menggunakan senjata anda untuk manfaat diri anda. Setiap ciri zakar lelaki mempunyai kelebihan dan kekurangan, kerana itu belajarlah cara yang betul untuk memuaskan isteri anda.

BESAR KECILNYA ZAKAR

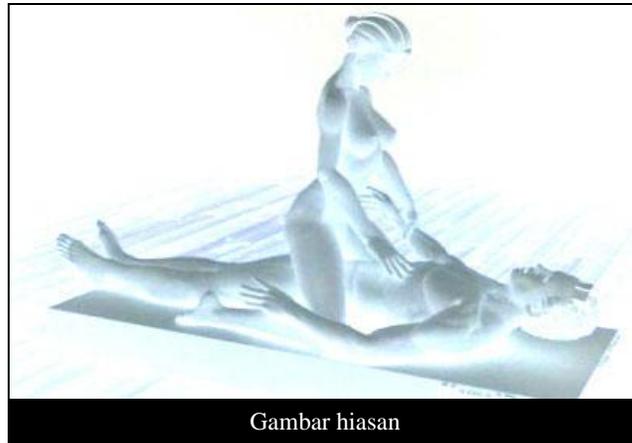
Lilitan lebih dari 5.18 inci. Jika anda mempunya zakar yang lilitannya lebih dari 5.18 inci dan lubang faraj isteri anda terlalu kecil, ia mungkin akan menyebabkan isteri merasa sakit bila berjimak. Kerana itu, perlulah berhati-hati bila bergerak dari fasa istimta ke jimak. Anda perlu berikan masa yang lebih lama untuk melakukan istimta kerana lebih tinggi tingkat keghairahan isteri anda akibat istimta, maka lubang farajnya akan jadi lebih kembang. Kemudian adalah lebih baik untuk menyuruh isteri anda memasukkan zakar anda ke farajnya. Gunakan air liur atau pelincir jika perlu dan sila berdayung dengan perlahan-lahan di peringkat awal jimak.

Kurang dari 5.18 inci. Jika anda terasa tenggelam dalam faraj isteri, maka ada petua yang boleh membantu. Pilih posisi yang mana isteri baring terlentang di atas katil, angkat betisnya ke atas hingga hampir ke payudaranya. Ini akan menyebabkan bibir faraj bertemu dan menyebabkan lebih geseran serta kenikmatan. Pastikan bahawa posisi-posisi yang anda pilih adalah yang mana lutut isteri dirapatkan dan farajnya diregang dari belakang ke depan, bukan dibuka lebar.

PANJANG PENDEKNYA ZAKAR

Sama ada zakar anda panjang seperti galah atau pendek seperti buntat, ada petua-petua tertentu untuk diamalkan:

Panjangnya 4.4 inci atau kurang. Semasa fasa pertama keghairahan, lubang faraj isteri mengembang lebih dari perlu bertujuan untuk menerima zakar

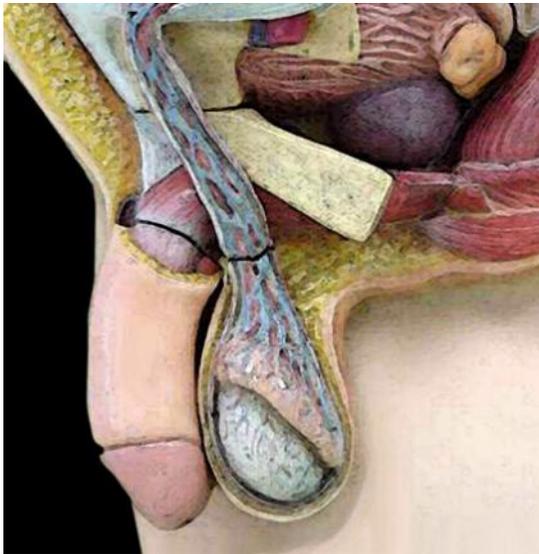
yang tidak diketahui saiznya. Kemudian setelah beberapa ketika, lubang faraj itu menguncup kembali dan mencengkam zakar yang kini sudah diketahui saiznya. Ciri ini boleh anda gunakan untuk manfaat anda. Caranya ialah berada di atas isteri anda tanpa menusukkan zakar anda. Gosokkan zakar anda ke tundunnya, usah berdayung dulu. Langkah berikutnya ialah memasukkan satu jari ke farajnya bagi membolehkan lubang faraj itu mengembang dengan perlahan. Ia akan mengembang bersesuaian dengan saiz jari anda untuk beberapa minit. Maka masukkan zakar anda. Oleh kerana lubang faraj itu mengecil sebesar jari anda, maka anda akan menikmati lubang faraj yang lebih sempit dan isteri anda pula akan merasa seolah-olah zakar anda besar dan panjang. Dan jika anda mahu zakar anda kelihatan lebih panjang, anda boleh memotong bulu ari-ari yang berada di pangkal zakar. Ia akan kelihatan 1 inci lebih panjang.

Gambar hiasan

Panjang 4.4 hingga 6.5 inci. Seorang lelaki yang tahu mengawal tahap tusukan dayungan dan juga rentaknya dianggap mengetahui bagaimana untuk merangsang isterinya dengan baik. Kebanyakan dari urat-urat perasa faraj berada di bahagian luar lubang faraj, yang mana lelaki yang zakarnya bersaiz sederhana mampu mensasarkan lubuk-lubuk ghairah ini dengan menjimak isterinya dari atas sementara isteri pula baring terlentang dengan meluruskan kakinya dan merenggangkan pehanya. Ini akan meningkatkan rangsangan dan kenikmatan buat anda dan isteri.

Panjang lebih dari 6.6 inci. Anda mungkin fikir bahawa anda punya kelebihan berbanding lelaki lain tapi ramai wanita bersetuju bahawa dasar faraj (Batu Meriyan) yang ditumbuk (ditusuk) ketika berdayung sebenarnya adalah agak menyakitkan. Kadangkala, kesakitan yang dirasakan oleh isteri anda itu serupa dengan rasa sakit bila buah zakarnya dipukul. Dalam ertikata lain, usahlah menusuk ke faraj isteri hingga terlalu dalam. Orang-orang Melayu dahulu ada berpesan ‘jangan beri habis’. Posisi yang baik ialah suami baring terlentang dan biarkan isteri di atas anda dengan lututnya berada di atas katil. Ini akan membolehkan isteri mengawal kedalaman tusukan dan juga rentak dayungan dan dengan cara itu dapat menentukan tahap yang paling dia merasa selesa.
Tidak semua lelaki atau wanita dijadikan serupa, tapi itu tidak bermakna bahawa anda tidak boleh berkongsi saat-saat mesra ini tanpa anda sendiri merasa seronok. Setiap pengalaman adalah memuaskan kedua belah pihak selagi anda faham dan menerima seadanya apa yang dikurniakanNya kepada anda.

# Zakar Yang Sentiasa Bertenaga

Tenaga (energy) telah ditakrifkan oleh Barat sebagai daya (force), ketahanan atau kapasiti melakukan sesuatu dan menyelesaikan sesuatu tugas. Daya adalah kekuatan atau kuasa badani atau minda atau kekuatan fizikal.

Orang-orang Melayu biasanya mengaitkan tenaga dengan kekuatan. Kuat adalah satu perkataan berasal dari bangsa Arab yang bererti kekuatan fizikal. Istilah lain yang digunakan oleh orang Melayu ialah begap, gagah, kuat, lega dan tegap.

Tenaga yang sejati adalah tenaga yang seimbang. Keseimbangan dalam tubuh dianggap penting bagi kesihatan dan kekuatan. Orang India menyatakan bahawa tenaga mempunyai tiga kualiti yang dipanggil Guna iaitu ketulenan, aktiviti atau proses perubahan dan kegelapan atau inertia. Bila tenaga terbentuk maka satu dari tiga kualiti ini akan menjadi lebih ketara.

Orang Cina menyatakan tenaga adalah diperlukan untuk menggerakkan organ tubuh, untuk memperolehi kestabilan. Dua sumber tenaga wujud iaitu Yin dan Yang. Tubuh manusia dikatakan terdiri dari 5 unsur iaitu Swie (Air), Ho (Api), Bok (Kayu), Kim (Logam) dan To (Tanah). Terdapat 5 jenis tenaga iaitu sejuk, dingin, panas, neutral dan suam.

Para Sufi Islam dalam ilmu perubatannya menyatakan bahawa tenaga adalah daya kehidupan kurniaan Allah. Ia berkait rapat dengan kesihatan. Kesihatan perlu dijaga dan latihan akan membina tenaga.

Secara umumnya dapat diperhatikan bahawa tenaga mempunyai berbagai pengertian. Yang pentingnya ialah kesedaran bahawa tenaga yang sedia ada pada tubuh patut digunakan dengan cara yang betul agar ia tidak dibazirkan. Tenaga dapat dibina melalui latihan dan pengetahuan. Sumber tenaga secara zahirnya adalah dari cahaya matahari. Ia dimasukkan ke dalam tubuh dengan cara pernafasan, makan dan minum lalu dialirkan dengan betul ke bahagian-bahagian tertentu tubuh menerusi latihan senaman dan solat. Kaedah-kaedah yang lain adalah sebagai pembantu menseimbangkan deria tubuh agar ketahanan dapat dibina.

Dari berbagai tenaga yang dibincangkan di atas kita akan tumpukan hanya kepada tenaga yang menghasilkan dan mempertahankan haba. Secara dangkalnya ia akan bererti kekuatan dan ketahanan tetapi secara halus ia

adalah ketenangan dan kesediaan mental dan fizik. Tidak dapat dielakkan tenaga yang lebih baik adalah haba. Kesejukan melemahkan haba walau pun kesejukan itu juga adalah satu tingkat tenaga, yang lebih rendah. Walau pun begitu haba yang tidak seimbang bukanlah tenaga yang baik kerana akan mengakibatkan kesan negatif terhadap tubuh. Maka akhirnya tenaga sejati adalah tenaga yang seimbang. Apabila ia seimbang maka ia memberi manfaat kepada fizik serta minda. Pengetahuan tentang keseimbangan ini adalah penting bagi kesihatan tubuh badan. Hingga kini ilmu sains juga belum dapat memecahkan permasalahan ini.

Sejauh manakah zakar itu perlu sentiasa bertenaga? Piawai ini adalah amat subjektif kepada tujuannya sendiri. Namun jelas bahawa objektif utama kemampuan zakar adalah dari segi kebolehannya untuk menegang dengan baik dan tahan sehinggalah isteri dapat dipuaskan. Jika ia lebih kuat dari itu maka itu bukanlah tenaga yang baik kerana ia menimbulkan kesakitan kepada isteri dan kesan sampingan kepada tubuh dalam jangkamasa yang panjang. Sama ada seorang itu mempunyai satu atau lebih isteri, tenaga yang menjadi objektif adalah sama saja. Tidaklah yang beristeri lebih dari satu perlu lebih tenaga.

Apabila dikatakan zakar yang sentiasa bertenaga ia berpunca dari tubuh serta minda yang sihat dan tenaga itu sepatutnya tidak pula mengakibatkan kesan negatif terhadap kesihatan. Maka tenaga sejati adalah tenaga yang seimbang dari kesihatan dan untuk kesihatan jangka panjang supaya tenaga dapat digunakan untuk menjayakan kewajipan kehidupan yang lain juga, bukan hanya bagi digunakan dalam persetubuhan saja.

Boleh dikatakan setiap lelaki suka pada zakar yang besar dan panjang walaupun mereka tidak memiliki perkara itu. Namun telah telah dibuktikan melalui ujikaji di Barat bahawa faktor ini tidak dapat dibuat-buat. Zakar yang besar dan panjang adalah diwarisi dari nenek moyang. Penulis juga telah bertanya kepada orang Melayu mengenai perkara ini dan orang-orang Melayu juga mengaitkan saiz zakar dengan keturunan. Walau pun begitu, didapati bahawa jika seorang bapa itu mempunyai beberapa isteri maka mungkin anak-anak dari salah satu isterinya saja yang akan mewarisi saiz zakar bapa yang tersebut. Itu pengetahuan orang Melayu mengenai saiz zakar berkait dengan keturunan. Dikatakan juga bahawa orang Melayu yang saiz zakarnya panjang (lebih dari saiz normal 6 inci) adalah kurang keras zakarnya.

Saiz zakar tidak penting. Yang lebih penting adalah pengetahuan bagaimana untuk menjaga zakar agar sentiasa sihat dan segar. Mengetahui kekuatan serta kelemahannya agar dapat menjayakan jimak dengan lebih bertenaga, lazat dan melazatkan.

Piawai umum telah diletakkan oleh orang- orang Melayu mengenai tingkat ketegangan zakar. Caranya ialah menguji zakar ketika ia tegang dengan menekan dari hujung kepala zakar ke arah tubuh. Jika ia tiada bengkok atau terkedu itu tandanya ia menegang dengan baik. Namun begitu belum tentu ia bertenaga. Belum tentu ia dapat menyelesaikan tugas jimak dengan memuaskan. Piawai masa iaitu berapa lama seharusnya zakar itu tahan

ketika berjimak tidaklah ditentukan kerana ia subjektif kepada banyak perkara. Ketahanan zakar manusia berbeza-beza. Apa yang penting ialah menggunakan pengetahuan bagi memanfaatkan ketahanan yang ada sebaik yang mungkin. Seni ini patut dibina. Jika seseorang berkata bahawa ketahanan bererti mampu melakukan jimak berjam-jam tanpa inzal itu bukanlah tenaga yang dimaksudkan tapi itu adalah masalah.

Menurut orang-orang Melayu silam, batang zakar yang bertenaga mengeras ia mampu menampung dua biji kelapa muda yang gantungkan padanya. Kualiti zakar ialah besar, panjang, keras, panas dan tahan lama. Kualiti ini boleh dicapai melalui senaman tenaga batin, praktik pernafasan dan makan makanan yang berkhasiat untuk membina tenaga.

Panas dan sejuk adalah dua faktor yang memberi kesan positif dan negatif pada tubuh. Kering dan basah pula dapat memberi kesan yang lebih kuat terhadap panas atau sejuk. Ilmu tentang tubuh badan di Timur termasuk bangsa Melayu adalah berkisar pada membicarakan tenaga-tenaga ini dan secara langsung panas dikaitkan dengan api, sejuk dikaitkan dengan angin, kering dikaitkan dengan tanah dan basah dikaitkan pula dengan air. Kering tiada menimbulkan sejuk pada panas tetapi basah akan menyejukkan panas dan melembabkan kekeringan.

Batang zakar akan panas apabila insan itu memakan makanan yang tertentu terdiri dari yang memanaskan badan. Bila dibandingkan antara batang zakar yang suhunya sejuk dengan yang suhunya panas maka yang bersuhu panas akan lebih tegang dan akan lebih tahan berjimak. Walau pun begitu adalah penting dipastikan jimak dilakukan pada masa hawa sekitaran tidak terlalu panas dan tidak pula terlalu sejuk. Kedua-dua ekstrem akan mengakibatkan pancutan mani lebih awal.

Untuk menghalusi apa yang diajarkan oleh orang Melayu ini, kita akan merujuk apa yang dikatakan oleh bangsa-bangsa lain. Menurut orang Cina, kesihatan utuh tubuh manusia berada pada Tan Tian atau Ladang Mustika atau Khie Hay iaitu Lautan Suasana. Yang dimaksudkan itu adalah perut. Orang India juga berpendapat lebih kurang sama. Pengamal Yoga telah mengikut pesanan Siva Samhita iaitu ‘biarkan Yogi makan secara

sederhana, jika tidak, bagaimana bijaksana pun, dia tidak akan beroleh kejayaan'. Dalam Islam Rasulullah s.a.w. telah bersabda bahawa perut adalah lubuk penyakit dan menahan makan adalah asas setiap penyembuhan.

Jelas bahawa apa yang dimasukkan ke perut perlu di jaga. Ada yang menjadi ubat dan ada yang menjadi penyakit. Namun secara umumnya, makanan jenis sejuk tidak digalakkan di dalam ilmu jimak. Begitu juga tentang jenis-jenis minuman.

Pernafasan juga menyebabkan badan boleh menjadi sejuk iaitu apabila bernafas dengan lubang hidung yang kiri. Orang-orang Melayu dahulukala menasihatkan agar tidak memulakan jimak ketika nafas pada ketika itu ialah nafas kiri. Tunggu hingga bernafas dengan nafas yang kanan supaya ketahanan jimak dan kekuatan zakar terjaga.

Zakar tidak akan tahan dalam jimak jika suhu batangnya lebih sejuk dari suhu lubang faraj. Fenomena ini berlaku jika suami suka memakan makanan sejuk atau banyak mengandungi air atau berulam air atau mengamalkan meminum air batu. Kesannya ialah kurang ketegangan zakar, batang zakar mudah terasa ngilu, mani mudah terpancut sebelum masa dan air mani cair bermakna benih kurang dihasilkan, yang banyak hanya kandungan mazi. Selalu meniarap di atas simen juga mengakibatkan perkara yang serupa. Jika perlu berjimak maka batang zakar perlu diurut satu hala iaitu dari pangkal membawa ke hujung hingga panas. Kepala zakar dijentik.

Apabila buah zakar menjadi lanjut atau turun biasanya suhu udara adalah panas. Zakar pula biasanya kurang ketegangan dan kemampuan. Apabila ghairah suami meningkat maka buah zakar akan menjadi hampir kepada badan dan ketegangan zakar meningkat. Jika mahu jimak tetapi buah zakar lanjut pada ketika itu, ketegangan zakar yang ini kurang dapat diatasi dengan mengikut petua orang-orang Cina iaitu dengan cara isteri memegang-megang buah zakar suami dengan lembut sambil mengurutnya ke bawah maka zakar akan lebih tegang dan pancutan mani akan dilewatkan.

Dalam perlakuan jimak, satu aspek yang penting diketahui adalah mengenai dayungan. Kejadian zakar itu berbentuk dan bentuk itu sendiri mempunyai fungsi. Keadaan kepala zakar yang luncup di bahagian hujung dan bertakuk serta lebih dempak di pangkal mempunyai tujuan tersendiri. Petua dayungan Cina juga baik untuk diamalkan begitu juga petua Hayun Petai orang Melayu. Gerakan yang cepat sekali memancutkan mani adalah gerakan dari hujung kepala zakar membawa ke pangkal batang zakar iaitu gerakan tusukan. Yang melambatkan pancutan ialah gerakan tarikan iaitu dari pangkal batang zakar ke hujungnya. Maka bagi melambatkan pancutan, tusukan perlu dilakukan dengan tempo yang perlahan sementara tarikan pula harus dibuat dengan tempo yang lebih cepat.

Orang-orang Melayu dahulu menyatakan bahawa pada masa-masa tertentu wanita akan mengeluarkan 'air yang jahat' apabila jimak. Antara yang

dimaksudkan itu adalah terlampau banyak mazi. Akibatnya faraj terlalu licin dan menggelikan batang zakar. Ini dianggap sebagai salah satu penyakit yang tergolong di dalam istilah sarira. Ianya boleh diubati oleh tabib Melayu. Tapi jika fenomena itu berlaku jarang-jarang sekali dan hanya dikesani ketika jimak maka cara yang baik ialah secara periodik mengeluarkan batang zakar sebentar dan mengesatnya dengan kain bersih kemudian meneruskan jimak. Dalam keadaan ini pastikan bahawa tusukan dimulakan secara menyerong iaitu sama ada ke makam kiri atau kanan dan

elakkan dari memulakan dengan makam tengah. Tusukan serong menolong melambatkan pancutan air mani dan mencepatkan isteri inzal. Petua

dayungan harus dipraktikkan juga.

Sifat lelaki adalah lasak. Otak akan mentakrif setiap sentuhan. Jika sentuhan lembut maka akan disignalkan sensasi geli. Jika sentuhan kasar maka akan disignalkan sensasi sakit. Sensasi sakit akan melambatkan pancutan mani lelaki tetapi terlalu sakit akan mematikan ghairah. Kenyataan ini mungkin akan dipandang sebagai pelik tetapi ia bisa dicuba. Zakar yang kegelian cepat memancutkan mani begitu juga zakar yang mana aliran darah padanya ketika itu kurang lancar. Jika suami sentiasa memakai seluar dalam yang ketat (underwear) maka aliran darah pada zakar terganggu dan mudah terasa geli. Semasa tidur elakkan memakai seluar dalam dan tidur mengiring, jangan terlentang apatah lagi terlangkup. Maka jika mahu juga jimak dalam keadaan itu batang zakar patut diurut dahulu atau picit dengan agak kuat. Jangan biarkan isteri anda menggeletek zakar.

Menurut ilmu seksologi India kuno, tenaga batin adalah Kundalini yang berada di Cakra Muladhara berbentuk seperti Ular Tedung yang badannya berlingkar tiga setengah lingkaran. Tenaga ini dibangkitkan melalui senaman tenaga batin yang dipanggil Yoga Kundalini.

Perlakuan isteri terhadap suami semasa jimak adalah faktor penting yang menentukan ketahanan jimak. Pada asasnya kejadian lelaki dan wanita adalah serupa. Bahagian-bahagian tubuh yang menyeronokkan bagi wanita juga akan memberi kesan serupa kepada lelaki. Tetek lelaki dan telinga lelaki adalah anggota yang sensitif pada rangsangan. Maklumkan kepada isteri bahawa tetek suami jangan dirangsang ketika jimak dan telinga suami jangan ditiup. Anggota-anggota ini mempunyai saraf yang bersambung langsung kepada kelenjar hormon lelaki. Rangsangan ke atasnya akan mempercepatkan inzal.

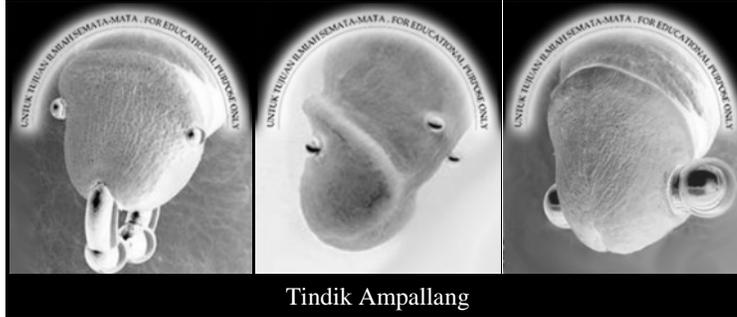
Orang-orang Melayu dahulu mengamalkan Mengetuk Pintu Rahim ketika mahu berjimak. Menurut sains di sebalik Bibir Luar faraj isteri ada kelenjar

hormon yang akan mengeluarkan mazi bagi membasahi pintu kepada lubang faraj. Mazi yang selebihnya mengalir dari rahim isteri itu ke sepanjang lubang faraj bagi melicinkan bahagian dalam. Menusukkan kepala zakar ke Bibir Luar itu akan mempercepatkan isteri mencapai inzal dan melambatkan suami inzal. Secara teknikalnya rahsia terletak di biji zakar suami iaitu di bahagian hujung (di dalam) kepala zakar yang terasa keras bila disentuh. Tusukan berkaitan akan menyebabkan kepala zakar menjadi perit dan batang zakar menyediakan diri dan menjadi lebih tegang dan tahan dalam jimak.

Pada masa sekarang, dayungan jimak diandaikan sekata dan tiada mempunyai apa-apa rahsia disebaliknya. Rangsangan yang paling hebat ialah dayungan yang laju. Ini tentu disukai oleh isteri tetapi cara dayungan itu tidak menolong suami kerana suami akan cepat inzal. Dayungan Berhenti adalah cara paling baik melambatkan proses pancutan mani. Tusukan yang perlahan, tarikan yang laju dan berhenti apabila mula merasa letih sambil merangsang isteri dengan cara yang lain buat sementara adalah seni bagi ketahanan jimak. Kejerihan mudah terjadi jika dayungan dibuat tanpa henti. Gunakan bentuk zakar dengan bijaksana agar isteri cepat inzalnya dan suami memperoleh ketahanan.

Mani lelaki dihasilkan berkekalan masa demi masa. Seorang lelaki yang dalam peringkat remaja akan terpancut maninya di kala mimpi kerana kandungan mani yang terkumpul adalah banyak. Jika jimak jarang dilakukan maka mani yang terkumpul pada suami adalah banyak. Ini memberi kesan kepada tubuh. Keghairahan cepat meningkat dan mani mudah terpancut sebelum masanya. Hal ini berbeza pada isteri kerana jika isteri lama tidak berjimak maka nafsunya akan sukar sedikit untuk dipuaskan. Maka suami yang selalu merantau perlu berhati-hati dengan fenomena ini. Rangsangan ke atas isteri perlu dilakukan secara bijaksana. Istimta’ tidak wajar dilakukan terlalu lama. Rasa sedar suami patut ditingkatkan, bukannya rasa ghairah. Serangan terhadap nafsu payudara, purana dan nafsu dalam harus dilakukan serentak jika isteri kelihatan amat bernafsu tetapi lambat inzal. Mudah-mudahan ketika itu suami menyedari tentang perjalanan nafasnya iaitu setiap tarikan nafas dan hembusan nafas suami itu. Semuanya bakal menolong melambatkan inzal suami. Ia dapat mengatasi rasa rindu yang membara dan sukar dikawal.

# Bertindik Zakar

Satu cara untuk memberikan rangsangan hebat dan mendatangkan nikmat kepada isteri semasa jimak ialah dengan menindik zakar. Sejak dan zaman dahulukala lagi pengetahuan ini telah menular di dalam masyarakat berbagai bangsa. Tujuan tindikan ialah bagi menghasilkan geselan yang lebih berkesan kepada faraj. Falsafah pengetahuan ini berbeza dari cara berfikir majoriti insan yang percaya bahawa kejadian asal zakar adalah lebih baik kerana ia dapat memberikan nikmat yang normal. Menindik zakar juga mempunyai bahaya kerana terdapat kemungkinan kecederaan ke atas urat saraf zakar dan ini akan mengakibatkan penyakit. Sebab itu ia hanya dipraktikkan oleh sebilangan lelaki. Namun untuk menambah pengetahuan, cara menindik zakar dicatatkan sebagaimana berikut:

Tindik Ampallang

1. **Tindik Ampallang**

Ini adalah cara tindikkan yang mudah saja cuma perlu menebuk lubang kecil pada Ekor Pari Zakar iaitu menebuk melubangkan atau menindik kulit yang menyelimuti batang zakar yang berada hampir dengan kepala zakar (sebelah bawahnya) pada daging yang longgar memanjang. Saiz yang ditebuk itu ialah seperdelapan inci saja dan tebukan ialah cara melintang.

Beberapa saat sebelum jimak maka dimasukkan salah satu dari alat berikut iaitu sama ada sedikit gading gajah, wayar tembaga, emas atau perak atau ekor kuda. Posisinya bila dipasang ialah 90 darjah dari kedudukan batang zakar.

2. **Tindik Batu**

Tindik Batu

Satu lagi cara tindikan yang lebih rumit dan bahaya ialah dengan membuat beberapa kelaran kecil dikulit yang hampir dengan kepala zakar iaitu di sekelilingnya sehingga bentuknya seperti cincin di sekeliling zakar. Batu kecil dimasukkan ke dalam sarung yang terjadi itu dan batu itu ditutup oleh kulit yang terbelah itu. Luka dibiarkan sembuh dengan batu itu berada di dalamnya. Masa yang diambil untuk sembuh ialah sebulan atau lebih. Selepas itu barulah boleh melakukan jimak dengan bentuk zakar yang telah menjadi luarbiasa iaitu bersegi-segi. Tindikan ini lebih bahaya. Batu-batu itu boleh melukakan batang zakar bila jimak.

# Bab Penjagaan Badan Menerusi Pencegahan

Meliputi hanya dua tajuk iaitu Ilmu Empat Tabib dan Petua Pantang Larang. Walau pun bab ini pendek ada satu pengajaran yang paling penting bagi diingati oleh anak-anak muda menjelang perkahwinan dan juga yang telah berumahtangga iaitu pencegahan penyakit. Tubuh jangan dipaksa melakukan sesuatu sedangkan keadaannya belum bersedia. Paling asas bagi menjaga kesihatan ialah menjaga jangan makan ketika perut tidak lapar dan berhentilah sebelum perut menjadi kenyang.

# Ilmu Empat Tabib

Pada suatu hari Raja Nasyrun Adil (Khafilah Harun Ar-Rasyid) mengumpulkan empat orang tabib yang terkenal dari empat negara untuk bertanya mengenai ubat yang tiada mendatangkan penyakit selepasnya. Empat tabib yang dijemput itu ialah Tabib Iraq, Tabib Rumawi (Rom), Tabib Hindustan (India) dan Tabib Habsyah (Suadil-Iraq).

Khalifah berkata. “Hendaklah setiap orang daripada kamu menerangkan apakah ubat yang tidak ada penyakil padanya”.

Tabib Hindustan (India) menjawab, “Ubat yang tidak ada penyakit padanya ialah hulaijij (kedekai) hitam”. Makan 3 biji setiap pagi.

Tabib Iraq (ada punca Tabib Rom) berkata, “Iaitu biji batang rasyad (Jabar Risyadah) yang putih”. Dimakan pada setiap pagi.

Taib Rumawi (ada punca Tabib Iraq) berkata, bahawa ubat yang tiada lagi mengakibatkan penyakit ialah dengan meminum air hangat tiga teguk setiap hari sebelum makan setiap pagi katanya. “Menurut pendapat saya ialah air panas”.

Apabila tiba giliran Tabib Habsyah (Suadil-Iraq), beliau berdiam diri sehingga Raja Nasyrun Adil bertanya kepada beliau maka Tabib Habsyah menjawab, "Hulaijij (kedekai) hitam itu mengakibatkan penyakit Sadawi (melipatkan perut besar). Ini penyakit. Biji batang Rasyad (Jabar Risyadah atau halia yang putih) itu mengakibatkan Safrawi (menjauhkan perut dari tempatnya). Ini juga penyakit. Dan air panas itu (jika diminum pagi) akan menghancurkan hati dan melembutkan mi’dah (perut besar). Ini juga penyakit”.

Lalu mereka bertanya, “Jadi, apa pendapat kamu?”. Maka Tabib Habsyah (Suadil-Iraq) menjawab, “Menurut pendapatku, ubat yang tak ada penyakit padanya ialah: Tidak engkau makan sebelum engkau mengingininya dan engkau mengangkat tangan sedang engkau masih ingin kepada makanan itu”.

Dalam kitab Ilmu Tabib yang disalin dari Kitab Tib Ubat pada kurun ke 13 oleh seorang tabib Melayu, dicatatkan bahawa pesanan Tabib Habsyah itu adalah “Jangan makan melainkan ketika lapar. Bila makan sila berhenti sebelum kenyang. Jangan minum melainkan ketika dahaga. Bila minum air, jangan terlalu banyak. Jangan makan sekaligus makanan yang sama sifatnya, contohnya, jangan makan daging bersama telur kerana sifatnya hangat atau makan ikan bersama susu yang baru diperah kerana sifatnya basah. Jangan makan makanan liat dan susah hadam atau keras bila dimamah. Jangan jimak melainkan sudah ghalib syahwat Jangan tidur melainkan sudah mengantuk.”

Dengan serentak tabib yang lain menjawab, “Benarlah engkau”. Jelas bahawa pencegahan itu lebih baik dari segala jenis ubat.

# Petua Pantang Larang

Segala apa yang dilakukan mempunyai kesan sama ada serta-merta atau berjangka panjang. Berbagai petua pantang larang telah diajarkan oleh orang-orang tua Melayu bagi menjaga kesihatan tenaga batin. Ia bukan bertujuan mengharamkan yang halal tetapi berupa nasihat hasil dari pengalaman orang-orang terdahulu,

Jangan amalkan minum air batu kerana ia mengakibatkan zakar menjadi sejuk serta lembik dan mengakibatkan batang zakar ngilu bila jimak. Batang zakar harus sentiasa panas. Jangan makan nasi berulamkan air. Minum air setelah selesai makan nasi melainkan jika tercekik. Kesannya sama seperti meminum air batu. Usah amalkan makan makanan bersifat sejuk atau telah sejuk atau disejukkan. Ia boleh mengakibatkan air mani cair dan terpancut awal. Jauhi makan makanan yang kuahnya berlinang kerana ia melemahkan zakar. Jangan terus minum air selepas makan nasi, minum hanya setelah 2 minit suapan terakhir. Tahan dan jangan hembus nafas ketika minum, ini membantu mengelakkan dari mudah lelah ketika jimak.

Elakkan minum air ketika badan sedang panas, baru selesai berlari atau bekerja berat. Berehat terlebih dahulu, sejukkan badan, barulah minum air. Jangan makan kepak ayam daging kerana ia melemahkan zakar. Jangan makan nasi sejuk, panaskan dulu. Kurangkan dari makan Pisang Embun.

Elakkan minum air selepas jam 11.00 malam walaupun air panas kerana ia melemahkan otot pinggang dan membawa sengal badan. Elakkan dari buang air di tempat air bertakung. Carilah tempat yang kering dahulu kemudian buang air besar. Ini melatih mengawal otot zakar dengan baik. Jangan amalkan melancap kerana ia memaksa mani keluar dan melemahkan zakar.

Jangan bersetubuh dengan perempuan yang jauh lebih tua. Jangan biarkan isteri menindih zakar ketika tidur. Aliran darah yang sempurna amat perlu pada zakar kerana di waktu tidur darah menuju zakar, tindihan dari peha isteri yang sejuk membantutkan aliran itu dan melemahkan zakar. Jangan buang air kecil di atas tanah atau ketika berendam dalam air. Jika berumur lebih 30 tahun, elakkan dari jimak lebih dari tiga kali seminggu kerana perlu cukup masa membina kembali tenaga batin. Jangan jimak di dalam air. Jangan terus minum air selepas jimak, rehat dahulu 15 minit. Jangan biarkan pinggang terhentak dengan kuat kerana mengakibatkan mati pucuk. Jangan biarkan zakar terendam begitu lama selepas berjimak. Jangan jimak isteri yang sedang haid kerana mendatangkan penyakit. Jangan cungkil gigi dengan semuncut (tangkai bunga lalang) kerana ia mengakibatkan zakar jadi ngilu dan kurang bertenaga.

Demikian antara nasihat yang ada di kalangan orang Melayu. Ada golongan muda yang menentang beberapa dari pantang larang ini terutamanya dari segi meminun air batu. Terpulanglah kepada diri sendiri. Petua dicatatkan bagi menambah pengetahuan.

# Bab Penjagaan Badan Menerusi Latihan Fizikal

Meliputi asas Ilmu Nafas, Ilmu Nafas Melayu, Nafas Ketahanan Apok, Ilmu Nafas dari Tajul Muluk, Ilmu Nafas Shiatsu Jepun, mengenai faedah menjaga makan minum, mengenali tiga jenis Guna makanan sebagaimana yang diajarkan oleh bangsa India dahulukala, beberapa khasiat makanan menurut Islam, gerakan-gerakan Senaman Harimau diikuti dengan Senaman Kucing, serta Panji Teruna iaitu amalan menjelang perkahwinan yang elok diamalkan oleh anak-anak muda.

# Ilmu Nafas

Permulaan hidup manusia adalah melalui Nafas. Apabila manusia lahir, yang pertama sekali memasuki jasadnya adalah Nafas. Badan seorang bayi akan bertukar menjadi kemerahan selepas saja dia menyedut Nafas buat pertama kalinya. Berakhirnya hidup disedari dengan berhentinya Nafas. Di sepanjang hidup manusia, akan terus menerus bernafas sama ada dalam sedar atau tanpa sedar. Sama ada nafasnya betul atau tidak betul jarang sekali mahu dikaitkan dengan kesihatan dan penyakit.

Ramai manusia tiada menghiraukan cara bernafas. Fenomena ini mempunyai kesan yang kurang baik pada kehidupan manusia itu sendiri. Di zaman dahulu orang-orang yang berilmu telah menjaga cara bernafas sama seperti keperluan untuk menjaga bahan yang dimakan dan cara makan minum. Apabila kita merujuk berbagai ajaran mengenai nafas maka kita tahu bahawa nafas itu bukanlah udara dan bukan juga oksigen. Ia mempunyai rahsia yang lebih mendalam dan lebih jauh dari semata-mata pembakaran oksigen dalam badan dan hembusan karbon dioksida ke udara. Secara umumnya memang nafas berkaitan dengan keseimbangan suhu badan, dari suhu yang sesuai maka kepekaan, kekuatan serta ketahanan akan terbina. Tanpa menjaga cara bernafas pun secara spontan manusia terpaksa menyedut dan menghembus tetapi cara yang salah akan memberi akibat yang buruk pada kehidupan.

Membina cara bernafas yang betul bermula dari menyedari bahawa kita menyedut dan menghembus ke udara. Ada sebab mengapa kita bernafas dengan pantas dan perlahan-lahan di kala yang lain. Secara mudah dapat kita lihat bahawa jika kita bekerja keras dan letih maka nafas akan menjadi pantas dan pendek-pendek. Jika kita bertenang atau cuba bertenang (membaca buku ilmiah atau memasukkan benang ke dalam jarum) maka kita akan menarik nafas dengan perlahan sekali dan menahan nafas kemudian menghembusnya dalam cara yang juga perlahan. Maka timbul persoalan sama ada nafas yang pendek-pendek itu akan pula menjadikan kita letih dan mudah hilang tenaga dan nafas yang panjang-panjang itu akan membuatkan kita lebih tenang dan dapat mengawal diri dengan lebih baik.

Jimak adalah satu suasana yang gawat dengan keghairahan. Degupan jantung adalah lebih pantas dari keadaan normal. Pernafasan pada ketika itu jika tidak dikawal akan menjadi pantas dan singkat. Jika kita bernafas pantas tanpa cara yang betul maka jantung tidak digunakan dengan kapasiti yang sepenuhnya. Nafas yang disedut secara dangkal akan gagal memberi latihan yang cukup pada jantung bagi menghadapi suasana yang gawat dengan keghairahan itu. Nafas yang tidak mencukupi akan menjadikan otak lemah dan berikutan itu tubuh menjadi lemah. Otak, jantung dan tubuh yang lemah akan mudah khayal dalam keghairahan dan tidak bertenaga pada masa berjimak. Maka Ilmu Nafas perlu diketahui. Berbagai bangsa dan agama telah mengajarkannya. Ilmu ini mungkin tidak secara langsung dikaitkan dengan Ilmu Senggama tetapi diajarkan secara umum.

Masyarakat Melayu mengamalkan Ilmu Nafas dalam berbagai bidang. Ilmu Persilatan mempunyai cara bernafas tersendiri di mana secara umumnya serangan atau tumbukan dilakukan sambil menahan nafas. Jampi serapah juga disertai dengan nafas. Hembusan pada sirih atau air atau ubat-ubatan adalah juga berkaitan dengan nafas. Tetapi yang menjadi perhatian kita adalah bagaimanakah nafas dapat membantu ketahanan ketika berjimak. Ramai lelaki tidak tahan ketika berjimak. Statistik di Barat menunjukkan bahawa 75% lelaki akan terpancut maninya dalam masa 2 minit pertama persetubuhan. Ini gejala yang amat malang bagi lelaki apatah lagi jika isterinya tidak puas dengan jimak yang berlaku.

Ilmu Nafas dalam masyarakat Melayu dapat dikesani dalam bahagian penjagaan badan khususnya pada senaman-senaman penjagaan badan yang mungkin boleh digelar sebagai Yoga Melayu. Senaman yang unik dan khusus ini dipanggil juga dengan nama Senaman Tenaga Batin kerana ia membina kekuatan tenaga bagi memberi nafkah batin kepada isteri. Dikatakan bahawa ianya unik kerana tidak terdapat dalam Yoga atau senaman bangsa lain (setakat tajuk ini ditulis) satu gerakan senaman yang secara khususnya diperuntukkan untuk membina kekuatan dan ketahanan jimak. Cuma ada satu senaman di Barat iaitu senaman moden cabang Therapy Fizikal yang berfungsi untuk mengubati lemah syahwat. Yoga mempunyai Asana yang umum, tidak khusus seperti mana senaman bangsa Melayu. Paling jelas Ilmu Nafas di kalangan bangsa Melayu tercatat di dalam Kitab Tajul Muluk sebuah kitab mistik Islam yang menjadi rujukan orang Melayu zaman dahulu. Ilmu Nafas yang ada di dalamnya mempunyai sedikit sebanyak persamaan dengan Ilmu Nafas agama Hindu. Kita catatkan apakah yang diajarkan oleh Yoga dan Tajul Muluk sebagai perbandingan.

Menurut Yoga Hatha Hindu asas penting Yoga adalah gerakan Prana. Ia adalah tenaga kehidupan atau tenaga dalam. Prana itu dikatakan berada di dalam unsur tetapi ia bukan unsur. Ia berada di udara tetapi ia bukan oksigen. Ia adalah satu jenis tenaga yang dibawa oleh udara, makanan, air dan cahaya suria. Ia menggerakkan semua bentuk unsur dalam alam. Dengan amalan Ilmu Nafas lebih banyak Prana akan disedut dan disimpan di dalam tubuh dan ini akan meningkatkan kekuatan dan ketahanan. Objektif Ilmu Nafas Yoga ialah untuk mencapai tenaga Kundalini. Kundalini adalah tenaga pertapa atau statik. Ia terletak di pangkal tulang Shusumna (di hujung tulang belakang). Terdapat satu cakera di sini yang dipanggil Chakra Muladhara. Tenaga Kundalini ini dapat dibangkitkan menerusi praktik Ilmu Nafas dan Yoga.

Ilmu Nafas agama Hindu berkisar pada perbincangan nafas kanan dan nafas kiri. Menurut Yoga lubang hidung sebelah kiri adalah lorong bagi nadi yang dipanggil Nadi Ida. Lubang hidung sebelah kanan adalah lorong bagi Nadi Pingala. Jika kita berada dalam keadaan sihat maka kita akan bernafas mengikut lubang hidung kanan selama sejam lima puluh minit. Kemudian barulah bertukar ke lubang hidung kiri. Walau bagaimanapun pusingan ini biasanya terganggu pada ramai manusia.

Menurut Tajul Muluk pula nafas di kiri dipanggil Al-Qamar (bulan) sementara nafas kanan pula As-Syams (matahari). Pendapat sesetengah tabib Islam pula, nafas kanan dikaitkan dengan kesejahteraan sedang nafas kiri dikaitkan dengan bahaya. Menurut mereka, sesiapa yang membiasakan nafas As-Syams maka dia tidak akan kena penyakit sejuk maka cuba pindahkan nafas yang kiri ke kanan nescaya penyakit itu sembuh. Jika terkena penyakit panas maka pindahkan pula nafas kanan ke kiri.

Menurui Tajul Muluk lagi ada keadaan di mana kita akan bernafas dari kedua-dua lubang hidung. Fenomena ini berlaku bila kita berada di dalam keadaan takut, terkejut, bila menaiki tempat tinggi seperti bukit dan sebagainya, bila bersetubuh, bila bertemu dengan seteru, tatkala kesakitan atau luka dan yang seperti itu, bila ditimpa penyakit, ketika ghairah dan akhir sekali apabila mahu berpusing ke kanan atau ke kiri kerana pada masa itu kedua-dua liang nafas bertemu. Jika berhajat akan segala perkara, jika ketika itu sedang nafas kiri kita tidak akan memperoleh hajat itu. Jika kita jimak dengan nafas kanan maka kita akan lambat inzal dan jika jadi anak maka anak itu jadi anak lelaki. Jika nafas kiri maka sebaliknya akan terjadi.

Di dalam Tajul Muluk juga dikatakan bahawa jika mahu dikasihi oleh isteri maka pastikan kita menyedari tentang nafas kita dan isteri. Contohnya jika pada masa itu kita bernafas dengan nafas yang kiri dan isteri bernafas dari lubang hidung yang kanan maka pertemukan nafas kita dengan nafas isteri. Bila isteri menghembuskan nafasnya maka sedut nafasnya dengan hidung kita dalam-dalam. Lakukan dengan mengulangi sebanyak 12 kali.

Kata hukama (tabib) tiada nafas yang dihembus melainkan mendatangkan keuntungan atau kebaikan kepada kita. Menurut hukama lagi setiap hari kita bernafas sebanyak 1,024 kali secara hitung panjang.

Kita akan meneliti lagi perkataan hukama tentang hembusan nafas yang mendatangkan keuntungan ini pada setiap satu cabang ilmu nafas yang akan dibincangkan selepas ini. Pada kebanyakan ajaran tentang ilmu nafas jelas kelihatan bahawa hembusan nafas dilakukan dengan kadar yang lebih perlahan dan mempunyai cara tertentu sedangkan sedutan nafas biasanya pendek dan kurang diberikan penekanan. Ada pula kaedah di mana nafas ditahan dengan agak lama. Ada cara bila mana nafas dilepaskan dari mulut saja tetapi disekat-sekat oleh bacaan-bacaan tertentu. Kesemuanya ini mempunyai rahsianya yang tersendiri dari segi kesihatan badan dan juga dari segi pembinaan tenaga kehidupan. Sila baca seterusnya.

# Ilmu Nafas Melayu

Secara jelas dan umum Ilmu Nafas di kalangan masyarakat Melayu ada dinyatakan di dalam kitab Tajul Muluk sebuah kitab yang dianggap asas kepada amalan 'mistik' Islam oleh orang Melayu dahulu begitu pendapat Prof. Dr. Mohd. Taib Osman dalam buku Malay Folk Beliefs.

Seorang pewaris ilmu-ilmu mistik Melayu menyatakan kepada penulis bahawa 'ilmu orang-orang Melayu yang mantap adalah berkisar kepada nafas'. Secara khusus Ilmu Persilatan Melayu adalah bidang yang banyak mempraktikkan amalan bernafas dengan betul serta amalan menyembunyikan nafas dan mengambil faedah dari rahsia-rahsia nafas. Dalam Ilmu Tabib Melayu nafas digunakan di dalam jampi serapah iaitu dengan cara hembusan. Perkaitan langsung antara nafas dan ilmu jimak dapat dirujuk di dalam praktik Senaman Tenaga Batin dan kesihatan biasanya diajarkan secara lisan oleh yang ahli di bidang ini.

Ada antara disiplin Senaman Tenaga Batin melakukan gerakannya berserta dengan tarikan dan hembusan nafas. Biasanya setelah berada di posisi awal gerakan senaman maka nafas akan ditarik dengan perlahan dan dalam-dalam hingga dapat dirasakan bahawa rongga jantung dipenuhi oleh udara. Nafas biasanya akan ditahan semasa gerakan senaman dilakukan dan masa yang diambil untuk menahan nafas ialah kira-kira tujuh kiraan (satu kiraan kira-kira 2 saat). Nafas hanya akan dihembus apabila selesai gerakan senaman utama dan ia dihembus dengan perlahan-lahan serentak dengan perlahannya gerakan untuk kembali ke posisi asal senaman. Masa yang terbaik untuk melakukan latihan pernafasan ialah sesudah selesai solat Subuh.

Seorang wanita tukang urut Melayu telah menyatakan kepada penulis bahawa gerakan senaman bagi menjaga kesihatan badan tidak semestinya disertai secara selaras oleh nafas. Walau pun begitu nafas yang serentak dengan gerakan boleh dilakukan dan tidak memudaratkan asalkan saja nafas ditarik dengan perlahan dan dihembus dengan perlahan sekali. Nafas itu sendiri tidak berbahaya tetapi jika dilakukan kaedah bernafas dengan pantas 'ia boleh merosakkan injap jantung dan salur nadi'. Gerakan senaman yang beliau ajarkan juga tidak perlu disertai oleh tertib pernafasan. Ada juga lain-lain jenis gerakan Senaman Tenaga Batin yang tidak mengamalkan tertib pernafasan.

Walau bagaimanapun pada pandangan penulis adalah baik jika gerakan senaman disertai oleh praktik pernafasan. Ini kerana banyak gerakan senaman bangsa lain disertai oleh tertib bernafas. Ini adalah untuk memberikan kesan yang lebih baik terhadap setiap pergerakan senaman dan bagi membina ketahanan fizik dan juga kerehatan mental.

Nafas berkait rapat dengan ketenagan jiwa. Secara langsung jiwa yang tenang penting dalam perlakuan jimak. Nafas yang tidak teratur sukar menjayakan sesuatu kerja kerana cepat hilang tenaga.

# Nafas Ketahanan Apok

**APOK PERSEMADIAN**

Apok adalah satu cara pernafasan dalam. Ia amat berguna bagi kesihatan badan dan ketahanan jimak. Apa yang diperlukan dalam jimak ialah stamina yang berpanjangan atau ketahanan. Perkara ini sukar dibina dan memerlukan latihan-latihan jasmani yang sesuai. Sistem pernafasan Apok ialah salah satu dari kaedah yang boleh dilakukan bagi membina ketahanan tenaga batin jimak dan berguna bagi menjayakan kerja yang memerlukan banyak tenaga.

Caranya ialah dengan bertinggung sebagaimana gambar. Badan ditegakkan dan bahu perlu sejajar. Tarik nafas sedalam-dalamnya. Jika dirasakan mampu disedut maka lakukan hingga tiada mampu. Setelah itu tahan nafas itu hingga tiada termampu. Kemudian hembus nafas itu secara perlahan-lahan hingga tiada mampu menghembus. Tundukkan kepala perlahan-lahan serentak dengan hembusan. Ulangi sekali lagi. Tariklah nafas dan hembus dengan perlahan.

Dikatakan jika sistem pernafasan ini telah biasa dilakukan udara yang tinggal di dalam rongga jantung semasa menahan nafas adalah amat sedikit kerana telah meresap ke badan. Peluh akan memercik di badan dan stamina akan meningkat hari demi hari.

# Ilmu Nafas Tajul Muluk

Dinamai oleh segala hukama bahawa nafas yang di kanan itu Matahari dan nafas dari lubang hidung kiri itu Bulan. Kata setengah para ilmuan dan hakim, nafas yang di kanan dinamakan Sejahtera dan yang kiri itu Bahaya.

Sekiranya seseorang insan membiasakan bernafas Syams (Matahari) maka dia tidak akan diserang penyakit sejuk dan dingin dan tiada juga terkena bahaya buatan orang, kesihatannya baik dan jika dia lelaki maka kekuatannya bertambah (tidak cepat lelah-penulis) dan lambat menjadi tua.

Jika seseorang itu terkena penyakit dingin maka pindahkan nafas kiri itu ke kanan dan akan berubahlah menjadi panas semula badannya. Sebaliknya pula dilakukan jika dia terkena penyakit panas. Cara menutup lubang hidung ialah dengan menggunakan kapas.

Nafas insan tidak serentak keluarnya dari lubang hidung. Ia keluar secara berganti-ganti. Ia hanya keluar dan masuk serentak ketika takut, terkejut mendaki tempat tinggi, ketika bersetubuh, bertemu dengan seteru, ketika kesakitan, ghairah dan ketika mahu berpusing ke kanan atau ke kiri akibat bertemunya kedua liang nafas. Jika insan berkehendakkan sesuatu hajat maka hendaklah dikenal pasti sama ada orang yang insan itu berhajat dengannya sedang bernafas dengan nafas kanan atau kiri. Jika dia sedang bernafas dengan nafas kanan maka datangi dia dari kanan, jika dia sedang bernafas dari hidung kiri maka datangi dia dari kirinya. InsyaAllah, hajat akan berhasil.

Sekiranya orang membawa khabar baik dan nafas insan pendengar adalah dari kanan maka sah itu adalah khabar kebaikan. Jika nafas kiri maka perlu diselidiki. Jika yang datang bertanyakan hal orang yang tiada dan pendengar bernafas kanan tetapi pemberita datang dari kiri maka yang ditanya itu mungkin sedang sakit atau telah mati dan segala hajatnya tiada diperolehinya. Jika mahu ke satu tempat sedang nafas di kiri maka tiada tercapai hajat dan jika makan makanan mungkin akan jatuh sakit.

Jika jimak sedang nafas adalah kanan maka akan lambat inzal, jika jadi anak maka anak lelaki. Jika nafas kiri maka cepat inzal dan anak perempuan. Jika mahu dikasihi isteri, jika nafas suami dari kiri dan nafas isteri dari kanan pada ketika jimak maka temukan nafas suami dengan nafasnya. Caranya ialah bila nafas isteri dihembus, suami sedut dengan sedalam-dalamnya hingga 12 kali.

Jika berkelahi dengan seteru, andai nafas insan dari kanan maka berdirilah di kirinya dan begitulah sebaliknya nescaya menang. Tiada nafas yang keluar melainkan menguntungkan. Menurut Sya’rani, nafas insan normal ialah 1,024 nafas setiap hari dan setiap nafas itu ada kelebihannya tersendiri. Demikian pendapat para ilmuan dan hakim (tabib) mengenai rahsia bernafas sebagaimana dicatatkan di dalam Tajul Muluk sebagai menambah pengetahuan.

# Ilmu Nafas Shiatsu Jepun

Shiatsu adalah satu bentuk ilmu rawatan tubuh yang tertua mempunyai rekod lengkap mengenainya. Shiatsu adalah satu ilmu yang lahir kira-kira 3000 tahun lampau dari Cina Tengah di mana di sana ia dikenali dengan nama Tien-An. Zaman itu adalah zaman pemerintahan Dinasti Maharaja Kuning kira-kira tahun 500 SM. Tien-An itu pula mungkin berasal dari ilmu Acupunture dari Utara Cina.

Terdapat ilmu nafas di dalam Shiatsu yang boleh membantu menambah pengetahuan dari segi nafas. Catatan yang penting mengenainya adalah sebagaimana berikut:

Manusia yang tidak bernafas dengan betul adalah mereka yang bernafas secara dangkal iaitu menyedut hanya sedikit saja udara. Sebab pernafasan yang lemah ini ada empat iaitu pertamanya ialah kecacatan tubuh badan, keduanya tekanan kerja dan kecederaan, ketiga ialah faktor emosi dan keempat adalah faktor persekitaran.

Ramai manusia tiada menyedari bahawa dia bernafas dengan cara yang salah. Hakikat inilah yang menyebabkan banyak kesakitan pada badannya. Sebenarnya selalunya mereka ini bernafas dengan menggunakan perut mereka. Sepatutnya mereka bernafas dengan menggunakan dada mereka.

Sesiapa yang bernafas dengan perutnya akan merasa lenguh dan sengal di dada, pembuluh darah, bahu sebelah belakang dan tengkuk, serta aliran darah menjadi lemah. Ini bukanlah semua masalah yang ada tetapi cuma yang biasa dihadapi. Sesiapa yang bernafas dengan menggunakan perutnya maka dia akan lemah dan lembab dan akan mudah dikalahkan kemampuan otaknya dan dia adalah seorang yang agak pendiam tetapi jika diganggu dia akan menjadi berang.

Pernafasan yang betul adalah bernafas dengan menggunakan dada, dengan itu riadah yang cukup kepada jantung dapat dilakukan. Jantung akan dapat mengembang dan menguncup sepenuhnya. Pernafasan dengan dada juga mengurut dengan sendirinya gendang jantung (solar plexus) serta otot-otot perut. Cara untuk melakukan pernafasan ini adalah menyedut nafas dengan mengempiskan perut sambil mengembangkan dada. Sedut udara sebanyak yang boleh kemudian apabila menghembus maka jagalah supaya jangan membesarkan perut biarkan ia mengempis begitu. Hanya dada saja yang digerakkan. Hembus seberapa banyak udara yang terdaya.

Dikatakan bahawa untuk melalui cara pernafasan ini memanglah sukar. Ini kerana manusia biasa bernafas menggunakan perut. Lama kelamaan perkara itu akan sebati dengan diri dan dapat dilakukan spontan. Telah dibuktikan bahawa cara bernafas ini dapat memperbaiki tekanan darah dan ini baik untuk kesihatan seria dapat mengelakkan sengal otot dan tulang.

(Nota: Orang-orang Melayu lelaki pada zaman dahulu memakai bengkung yang diikat kemas sekeliling pinggangnya, dan ini secara langsung berfungsi mengempiskan perut sama ada ketika menyedut atau menghembus nafas).

# Faedah Menjaga Makan Minum

Semua bangsa mempunyai pendapat yang berbeza mengenai kebaikan sesuatu makanan yang dimakan. Nampaknya mereka bersetuju bahawa antara berbagai jenis makanan, susu, madu, telur, serta rempah-rempah adalah antara makanan yang paling baik untuk fizik dan juga mental. Bangsa Melayu mengenali berbagai jenis makanan dari jenis rempah serta herba. Ini kerana kepulauan Melayu sendiri mempunyai iklim yang sesuai untuk ditumbuhi oleh makanan seperti ini. Pulau Molukas telah terkenal dengan rempahnya sejak dari dulu. Pada masa sekarang Sarawak telah terkenal dengan lada hitam. Kedudukan geografi antara kepulauan Melayu dengan tanah Hindustan juga membolehkan orang-orang Melayu mengenali rempah-rempah serta herba dari sana serta mengetahui kegunaannya.

Pengetahuan tentang makan minum berguna untuk kehidupan pada keseluruhannya dan ia diajarkan oleh agama. Rasulullah s.a.w. pernah bersabda bahawa terdapat dua pengetahuan: Pengetahuan tentang agama dan pengetahuan tentang tubuh badan. Di dalam Al-Quran hal makanan dinyatakan di dalam Surah Ar-Rahmaan Ayat 10 hingga 13 yang bermaksud:

“Bumi ditetapkanNya untuk makhluk sekelian. Di atasnya ada buah-buahan dan pohon kurma yang mempunyai kelopak (mayang). Dan biji-bijian yang mempunyai daun ditangkainya (seperti padi dan sebagainya) dan (herba) harum-haruman. Maka nikmat Tuhan yang manakah kamu dustakan (hai manusia dan jin)?”

Rasulullah s.a.w. kerapkali memberitahu tentang sifat dan nilai beberapa jenis makanan dan rempah-rempah dan pengetahuan ini masih ada pada masyarakat Islam hingga kini. Tentang makanan kita perhatikan apa yang disabdakan oleh Rasulullah. Antaranya baginda bersabda bahawa Allah tidak mencipta sebarang penyakit melainkan mencipta ubatnya, selain kematian. Punca segala penyakit adalah kesejukan. Maka makanlah apabila kita perlu dan tahani dari makan apabila kita tidak perlu. Perut adalah lubuk penyakit dan menahan diri dari makan berlebihan adalah punca segala ubat. Terdapat berkat dalam tiga perkara iaitu pada sarapan awal pagi, pada roti dan pada sup. Mengelakkan dari memakan perkara berikut adalah salah: Gandum, barli, kismis, millet, lemak, madu, keju, walnut dan zaitun. Tidak elok minum sambil berdiri. Makan ketika subuh kerana ada keberkatan pada waktu subuh. Itulah antara intipati ajaran Rasulullah s.a.w. sendiri tentang makanan dan kaitannya dengan kesihatan pada keseluruhannya.

Dari segi menjaga kesihatan terutamanya dari aspek kekuatan dan ketahanan jimak orang-orang Melayu sendiri pun mempunyai banyak pantang larang tentang makanan serta apa-apa yang baik untuk dimakan lengkap dengan cara makan dan minum. Setengah-setengah dari perkara ini mempunyai sebab-sebab tertentu dan disahkan apabila kita merujuk aspek ilmu makan minum berbagai bangsa lain dan agama Islam sendiri. Kita akan bincangkan secara terperinci.

# Tiga Jenis Guna Makanan

Asal usul Yoga tidaklah dapat dikenal pasti kerana Yoga dianggap sebagai sains kehidupan yang diilhamkan kepada para pertapa pada zaman dahulu. Bukti arkeologi kewujudan Yoga didapati dari terjumpanya beberapa patung yang dipercayai telah diukir sekitar 3000 SM menunjukkan beberapa kedudukan Yoga. Yoga mula-mula dinyatakan di dalam satu koleksi kitab yang dipanggil Veda yang telah berusia sejak 2500 SM tetapi kitab yang utama tentang Yoga ialah di dalam Upanishad iaitu bahagian yang kemudian dari koleksi Veda.

Di dalam disiplin Yoga terdapat ilmu tentang makanan. Di sini dicatat apakah maklumat itu sebagai menambah pengetahuan dalam hal menjaga kesihatan serta memilih makanan-makanan yang baik. Biasanya jenis makanan yang tidak digalakkan oleh Islam juga tidak digalakkan oleh Ilmu Guna (Kualiti Tenaga) dari Yoga.

Menurut Yoga kita adalah apa yang kita makan. Makanan adalah penting bagi tubuh. Tetapi makanan juga mempunyai kesan kepada minda kerana inti makanan membentuk minda. Makanan asli dipanggil Sattva dimana sifatnya ialah segar, ringan dan berkhasiat seperti buah-buahan, biji-bijian dan sayur-sayuran. Ia membantu tubuh menjadi ramping dan lentur serta minda menjadi cergas dan tajam. Makanan asli adalah penuh dengan Prana dan adalah jaminan terbaik untuk kesihatan mental serta fizikal.

Makanan yang paling asli adalah yang paling baik. Api, air, udara dan tanah bersatu untuk menghasilkan buah-buahan, sayur-sayuran, serta biji-bijian di bumi ini. Khasiat yang diperolehi dari makanan jenis Sattva dan mereka memproses tenaga asli untuk tubuh mereka. Daging mempunyai khasiat peringkat kedua. Daging haiwan terutamanya jenis maging, mengandungi unsur racun dan ini yang menyebabkan penyakit. Daging mempunyai zat galian serta vitamin yang kurang serta protein yang melebihi dari yang diperlukan.

Pada hakikatnya kejadian tubuh manusia itu adalah lebih bersedia untuk memakan buah-buahan dan biji-bijian. Gigi dan usus manusia adalah amat berbeza dari gigi dan usus binatang maging. Maka makanan Sattva adalah yang terbaik untuk tubuh manusia.

Di alam maya ini, menurut Ilmu Yoga, tenaga mempunyai tiga kualiti yang dipanggil Guna. Ia wujud di dalam keseimbangan. Tiga jenis tenaga ini dipanggil Sattva (keaslian), Raja (aktiviti atau proses perubahan) dan Tama (kegelapan atau kelaiaian). Bila tenaga wujud maka satu dari kualiti inilah menguasai keadaan. Contohnya pada satu pohon epal sebahagian dari buahnya ranum (Sattva) sebahagian lagi akan ranum (Raja) dan sebahagian terlalu ranum (Tama). Walau pun begitu setiap buah ada mempunyai tiga kualiti tenaga sekaligus dengan nisbah yang tertentu. Maka paling baik ialah memilih epal yang ranum kerana nisbah Sattva lebih banyak. Dan anda perlu mengunyahnya dengan sabar dan sempurna bagi mengekalkan kualiti Sattva yang ada padanya itu.

Walau pun sebahagian besar dari satu biji epal itu ranum (Sattva) tapi sebahagiannya adalah busuk (Tama) dan sebahagian lagi adalah dalam proses perubahan (Raja). Fenomena ini tidak dapat dilihat dengan mata kasar. Tiga guna ini menyelimuti semua kewujudan makhluk dan semua tindakan. Pada semua manusia satu dari tiga Guna ini mempunyai kekuatan yang lebih dan ini dapat dikesan pada cara individu itu berfikir dan bertindak. Berikut adalah jenis Guna dan makanan yang termasuk di dalam kategorinya:

Sattva Raja Tama

**Makanan Jenis Sattva**

Ini adalah makanan paling asli yang amat sesuai bagi sesiapa yang serius dalam menjalankan latihan senaman tenaga batin. Ia dapat membaja tubuh dan mengekalkan ketenangan. Ia menenangkan dan membersihkan otak, membolehkannya berfungsi pada potensi yang maksima. Makanan Sattva menghasilkan kesihatan tulen. Minda yang tenang dapat mengawal kesihatan tubuh dengan aliran tenaga seimbang antara keduanya. Makanan Sattva termasuk bijirin, roti gandum tulen, buahan dan sayuran segar, jus buahan asli, susu, mentega dan keju, segala biji-bijian, madu dan teh herba.

**Makanan Jenis Raja**

Terdiri dari makanan yang sangat pedas, pahit, tawar, kering atau masin. Ia menghapuskan keseimbangan minda-tubuh. Ia memberi santapan pada tubuh tetapi tidak kepada minda. Terlalu banyak makan makanan jenis Raja akan mengkhayalkan tubuh dan mengejutkan ketenangan. Ini menyebabkan minda gelisah dan tidak terkawal. Makanan Raja termasuk makanan pedas, seperti rempah herba kuat, perangsang seperti kopi dan teh, ikan, telur, garam dan cokelat. Memakan makanan dengan gelojoh juga termasuk Raja.

**Makanan Jenis Tama**

Makanan ini tidak memberi manfaat kepada tubuh atau minda. Prana atau tenaga akan turun. Kuasa pertimbangan akan dikotorkan dan kelalaian akan timbul. Ketahanan melawan penyakit akan hancur dan minda dipenuhi oleh emosi yang gelap seperti kemarahan dan ketamakan. Makanan jenis Tama termasuk daging, alkohol, tembakau, bawang, bawang putih, makanan pekasam seperti cuka dan makanan yang basi atau terlalu ranum. Amalan makan terlalu banyak juga adalah termasuk kepada makanan jenis Tama.

# Makanan Menurut Islam

Di dalam Islam ada makanan yang dihalalkan ada yang diharamkan ada juga menjadi sunnah dan ada juga yang dihukumkan makruh. Yang penting untuk ditekankan ialah bahawa makanan yang diharamkan itu seperti arak, anjing dan babi, mempunyai kesan negatif terhadap kesihatan. Bukti moden mendapati bahawa daging babi mempunyai cacing pita yang bahaya. Meminum arak pula sebagaimana pesan orang tua-tua Melayu akan melemahkan tenaga batin bila usia meningkat tua.

Di dalam Tajul Muluk ada dicatatkan beberapa jenis makanan serta khasiatnya sebagaimana pendapat ulama Islam yang terdahulu. Daging ayam jantan berbeza dari daging lain kerana ia menambah sejuk, tiada sangat hangat. Rasulullah s.a.w. pernah bersabda bahawa sebaik-baik makanan dunia dan akhirat ialah daging. Saidina Ali r.a. juga menyuruh kita makan daging kerana ia menambah daging tubuh dan kuasa pendengaran. Siapa yang tiada makan daging selama 40 hari maka tubuhnya akan lemah.

Sheikh Dahari pula berkata bahawa makan daging itu adalah tujuh puluh kekuatan tetapi sentiasa makan daging itu makruh kerana keras hati. Saidatina Aisyah juga melarang dari sentiasa makan daging kerana ia akan sangat memudaratkan.

Ikan iu khasiatnya hangat dan basah tetapi ia memberi manfaat kepada orang yang sejuk badan. Garam itu khasiatnya hangat serta kering dan ia berfaedah untuk menghancurkan makanan dan juga boleh mengubati selsema dan menguatkan syahwat. Jika diambil airnya dan dicampur air madu dan dicelakkan pada mata ia akan menerangkan mata tetapi jika amat kerap memakannya akan mengurangkan akal. Jika kita datang ke suatu negeri yang ditimpa wabak dan kita tidak mahu wabak itu menjangkiti kita maka makan bawang merah negeri tersebut, demikian diajarkan oleh Rasulullah.

Bawang putih pula khasiatnya hangat dan kering dan ia berfaedah untuk menghancurkan angin dan menghilangkan senak di dalam perut. Ia juga menyembuhkan sakit gigi dan batuk dan boleh menyembuhkan sakit dada. Ia boleh mengeluarkan darah haid dan boleh menguruskan badan tetapi mudarat pada mata.

Terung merah pula khasiatnya sejuk dan kering dan ia mengakibatkan penyakit sadawi dan kudis gatal dan buasir serta memucatkan kulit dan menambahkan jerawat. Namun begitu jika jarang-jarang dimakan tidak mengapa.

# Disiplin Senaman Harimau

Harimau adalah sejenis binatang gagah yang dianggap sebagai raja rimba oleh masyarakat Melayu terdahulu. Salah satu cabang senaman tenaga batin dipanggil Senaman Harimau. Nama bagi senaman ini telah dikenali oleh masyarakat di negeri-negeri selatan Tanah Melayu. Kemungkinan besar bahawa nama ini diberi kepada gerakan senaman kerana ia berasal dari penelitian kepada gerak harimau yang agak kasar dan bertenaga lalu ianya diubahsuai mengikut daya gerak manusia lantas dijadikan senaman tenaga batin.

Adalah dipercayai bahawa gerakan senaman ini diketahui oleh ramai pewaris ilmu jimak di Malaysia hingga ke utara Malaysia. Mungkin terdapat variasi cara-cara melakukannya atau ia dikenali dengan nama yang lain namun begitu asas bagi gerakan senaman Harimau adalah sebagaimana yang akan dicatatkan.

Harimau dianggap sebagai raja rimba oleh masyarakat Nusantara.

Senaman ini adalah jenis senaman yang biasa diajarkan kepada lelaki yang mempunyai masalah tenaga batin. Bagi lelaki yang normal kemampuannya gerakan-gerakan yang mudah dari senaman ini boleh dilakukan pada pagi-pagi hari. Bagi lelaki yang mempunyai masalah tenaga batin yang agak gawat maka senaman ini elok dilakukan secara intensif sehingga terasa kesembuhannya dan kemudian bolehlah dilakukan gerakan-gerakan yang mudah saja. Seorang lelaki tua Melayu (juga seorang pendekar) yang hidupnya mencapai usia 135 tahun semasa hidupnya diketahui mengamalkan gerakan-gerakan senaman tenaga batin. Mungkin ini adalah antara faktor yang mengekalkan kesuburan beliau. Dalam usia setua itu dia mampu jimak dan isterinya hamil lalu telahpun melahirkan anak yang sihat. Itulah kuasa Allah s.w.t. Dua orang tua Melayu (seorang lelaki dan seorang perempuan) telah mengesahkan gerakan Senaman Harimau ini; bahawa ianya adalah antara senaman yang dipraktikkan oleh orang-orang tua Melayu dan ia baik bagi kesihatan tenaga batin.

Gerakan Senaman Harimau diketahui oleh sebilangan besar dari orang tua-

tua Melayu. Tidak dapat dikesani secara pasti siapakah yang mula-mula sekali memperkenalkan senaman ini, Satu hal yang patut difikirkan ialah ketuaan senaman ini. Ia diketahui oleh ramai pewaris ilmu jimak di beberapa daerah di negeri Johor dan ia juga diketahui oleh masyarakat Melayu negeri lain. Mereka semua bukanlah semestinya dari rumpun keturunan yang sama. Meluasnya ia dikenali dalam masyarakat Melayu yang menunjukkan bahawa ia adalah satu ilmu yang tua. Berkemungkinan besar ianya berasal dari zaman Sri Vijaya atau Majapahit sebelum kedatangan Islam ke Nusantara.

Pada masa sekarang senaman ini biasanya diajarkan oleh tabib-tabib Melayu, tabib urut tenaga batin, pawang, bomoh serta bidan kampung. Ada yang mendakwa bahawa senaman ini dipelajari dari masyarakat Jin. Sejauh mana kebenaran dakwaan itu hanya Allah yang Maha Mengetahui. Walau dari mana asalnya ia adalah jenis riadah yang berkesan bagi membina dan menjaga kekuatan tenaga batin kaum lelaki. Pergerakannya adalah cantik dan unik dan mengikut tatacara tertentu. Pengajaran gerakan senaman ini akan dikenakan syarat tertentu mengikut kepada variasi disiplin senaman.

Menurut yang diajarkan kepada penulis senaman ini dilakukan di waktu pagi hari iaitu selepas bangun tidur sebelum bersuci untuk solat subuh. Ketika itu adalah paling baik kerana otak dan fizikal telah berehat semalaman. Udara pagi adalah segar kerana debu-debu telah dibawa ke tanah oleh embun. Perjalanan darah yang tersekat di kala tidur mula diperbaiki dengan aktifnya semula otak. Di waktu ini keadaan saraf adalah sangat kejang dan tarikan otot-otot tidak seimbang disebabkan oleh posisi yang diambil di kala tidur. Mungkin otot-otot zakar telah tersekat perjalanan darahnya. Jantung dan pernafasan adalah lambat temponya di kala tidur. Nafas yang singkat itu tidak cukup mengurut jantung dan mengalirkan udara yang segar pada tubuh badan.

Dari sebab-sebab di atas maka Senaman Harimau mempunyai konsep pernafasan. Nafas ditarik dengan dalam bagi mengurut jantung. Nafas ditahani semasa senaman dilakukan agar tenaga maksima dapat disalurkan kepada anggota-anggota tertentu yang digerakkan di dalam senaman. Nafas dihembuskan hingga tandus apabila selesai pergerakan apabila nafas itu membawa keluar udara-udara beracun yang terperangkap di anggota-anggota yang digerakkan tadi. Maka gerakan menggunakan nafas secara maksima dengan membuangi udara kotor yang terperangkap semasa tidur dan menggantikannya dengan udara yang bersih yang akhirnya membersihkan darah.

Keberkesanan senaman dapat dikenal pasti secara terus apabila berlakunya sendawa atau membuang angin setelah selesai melakukan gerakan atau aliran darah terasa lebih lancar. Daya sedar akan meningkat dan muka akan lebih berseri. Dada akan bidang dan atas dada akan merah. Otot-otot lebih kuat dan tenaga batin akan meningkat.

# Senaman Harimau

**PADI BUKIT**

Gerakan ini dilakukan di waktu subuh bagi mengeluarkan segala udara kotor yang terperangkap ketika tidur apabila nafas disedut dan dihembus separuh penuh. Gerakan ini berfungsi memasukkan udara baru yang bersih dan segar bagi menyihatkan paru-paru serta segala urat saraf dengan menyerapkan udara baru hingga ke urat biji ranting (avioli) yang berada di hujung urat paru-paru. Ia melatih paru-paru agar mengembang ke peringkat optima.

Gerakan ini dapat membangkitkan kekuatan otot belakang terutamanya di bahagian tengah belakang dan ia menguatkan stamina jimak.

Cara menjayakan gerakan ini ialah: Duduk bersila dengan menegakkan tulang belakang. Tangan diletakkan ke lutut. Bahu harus terbuka lebar. Kemudian nafas ditarik sedalam-dalamnya sehingga terasa udara penuh di dalam paru-paru. Tarik nafas dengan perlahan. Biarkan udara berada dalam paru-paru selama 7 detik. Kemudian hembuskan perlahan-lahan nafas itu hingga terasa kosong udara dalam paru-paru. Semasa menghembus nafas perut hendaklah dikempiskan dan tumpukan tenaga ke arah dada. Ulangi gerakan sebanyak 3 kali.

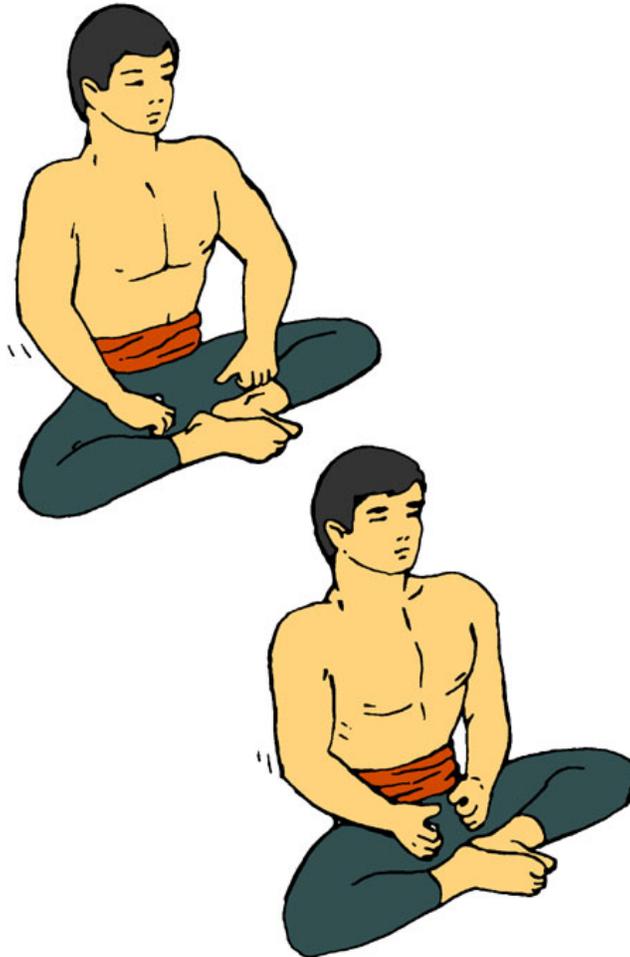
# Senaman Harimau

**NAFAS PERTAPA**

Lelaki yang sihat akan bangun pagi dengan keadaan zakarnya tegang. Gerakan ini dilakukan di waktu pagi semasa zakar masih tegang. Bagi yang lemah syahwat atau mati pucuk, gerakan ini dapat menolong mengembalikan kekuatan tenaga batin.

Gerakan ini menolong melatih otot kendalian zakar (levator ani) supaya dapat menarik zakar menuju ketegangan seimbang. Ia dapat menambah kemampuan kendalian urat peha. Ia juga dapat menguatkan dada, membesarkan zakar, mengeluarkan biji zakar dan membesarkan kepala zakar serta mengurangkan rasa ngilu pangkal zakar.

Cara gerakan ini ialah: Duduk dengan keadaan tumit tapak kaki bertemu dan bawakan hampir dengan zakar. Tegakkan belakang, Tarik nafas hingga penuh paru-paru, tariklah dengan tempo yang perlahan. Semasa menarik nafas, sila tekan kedua-dua lutut dengan kedua tapak tangan agar kedua-dua lutut itu dapat mencecah lantai. Jika tidak boleh buat setakat mampu dahulu. Kedua-dua lengan patut diluruskan bagi mencapai piawai gerakan. Bahu sepatutnya tegak seimbang. Pada masa yang sama kemutkan otot zakar anda agar kepala zakar kembang. Tahankan nafas 7 detik. Hembuskan nafas dengan perlahan. Ulangi gerakan sebanyak 3 kali.

# Senaman Harimau

**RENTAK UTURAN**

Dari posisi sebelumnya, tarik nafas semula dengan perlahan. Dengan perut kedua-dua jari tangan cari urat peha di bahagian dalam peha dan urut menggunakan perut ibu jari dari hujung peha ke pangkal peha dan akhirnya gerakan itu melalui tepi batang zakar dan akan berakhir di hujung batang zakar. Urutan dilepaskan bila mahu mencecah kepala zakar. Kemudian lepaskan nafas.

Gerakan ini bertujuan untuk mengurut urat yang mengalirkan darah ke zakar dan membangunkan urat-urat yang mengalir dan menetap dengan baik di situ. Ia juga membesarkan kembali zakar yang kecil. Disarankan agar urutan dibuat menggunakan minyak urut.

# Senaman Harimau

**TARIK SEPADAN**

Keseimbangan otot peha serta lutut adalah amat perlu dalam kes-kes lemah syahwat. Otot-otot ini pula berhubung secara langsung dengan urat-urat di kaki. Otot-otot di belakang sepatutnya menjadi kuat. Pada tulang belakang iaitu di bahagian pinggang terletak urat-urat yang menegangkan zakar apabila mendapat rangsangan otak atau rangsangan sentuhan. Gerakan ini dapat membantu ke arah meningkatkan kemampuan bahagian-bahagian tersebut.

Cara Gerakan: Duduk bersila dengan kedua tapak kaki ditemukan. Kedua tangan memegang ibu kaki kanan dan kiri. Tarik nafas perlahan dan dalam-dalam sambil menarik ibu jari kaki itu hampir kepada zakar. Tapak kaki sedapat-dapatnya ditemukan. Lutut sedapat-dapatnya mahu mencecah lantai. Jika zakar tegang maka seharusnya tarikan itu mencecah lantas mencelahkan kepala zakar di antara dua telapak kaki di bahagian yang melengkung di tapak kaki itu. Semasa tarikan berlaku tumpuan tenaga akan tertumpu ke otot belakang dan akan terasa bahawa ia diuruti. Kemudian baru lepaskan nafas secara perlahan sambil letakkan kaki ke posisi asal tadi. Ulangilah gerakan ini sebanyak 3 kali.

# Senaman Harimau

**RENTAK RENTANG**

Dari posisi yang sebelum ini, tarik kedua-dua jari kaki agar tumit terbuka ke arah depan tetapi tumit tetap ditemukan. Tarik nafas dengan perlahan-lahan dan dalam. Dengan perlahan-lahan maka rebahkan badan ke depan dengan keadaan tangan masih memegang ibu jari kaki. Jejakkan kepala ke lantai. Jika tidak boleh dijejakkan usahlah dipaksa, buat sekadar termampu. Balik ke posisi asal dan hembuskan nafas. Gerakan ini menseimbangkan otot peha, belakang dan baik untuk pinggang. Ia dapat mengubati lemah tenaga batin.

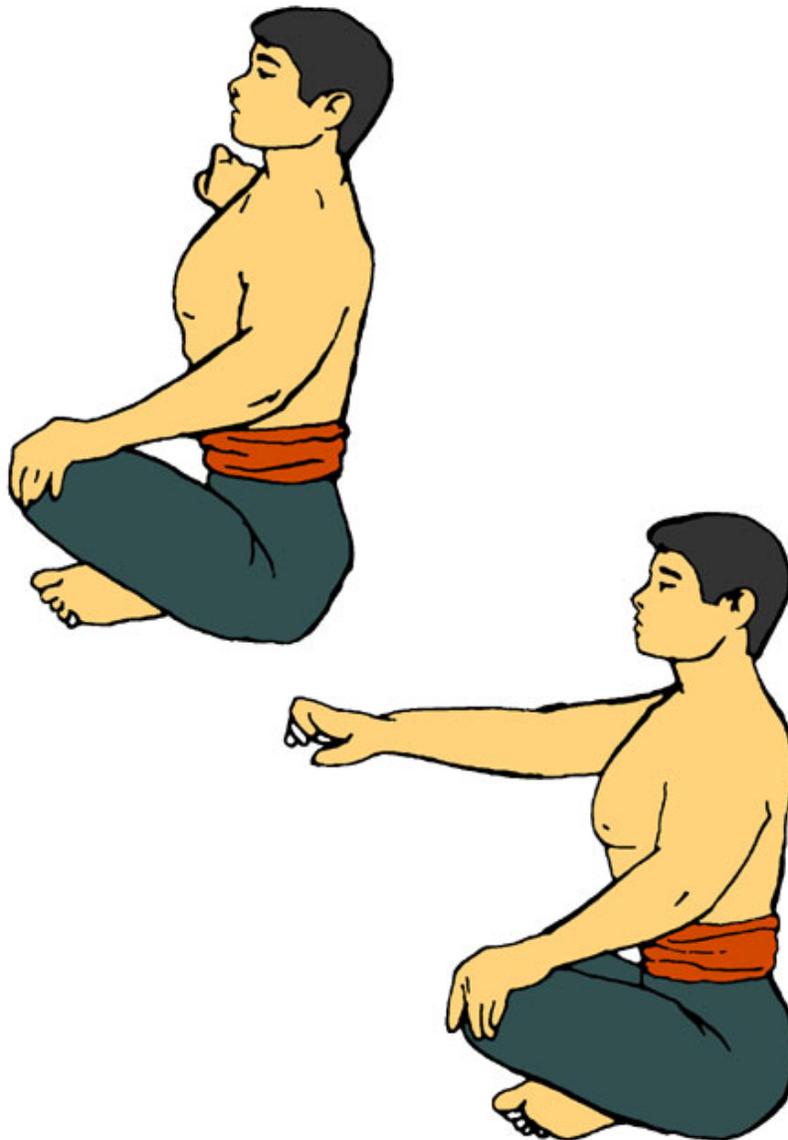
# Senaman Harimau

**TENDANGAN SAKTI**

Gejala terpancutnya mani sebelum masanya antaranya disebabkan rasa ngilu (sensitif) yang biasa pada zakar. Doktor di Barat mengesani bahawa rasa sensitif yang menyebabkan pancutan mani sebelum masa berada di kawasan kepala zakar dan juga di batang zakar. Menurut Timur sebab pancutan sebelum masa ini adalah kerana badan mengandungi banyak air menyebabkan zakar menjadi sejuk, darah tidak mengalir dengan baik. Sebab yang lain ialah memakan makanan panas dan ia termasuk makanan jenis gatal, seperti udang kecil, yang boleh mengakibatkan zakar terasa ngilu walaupun tegang dengan baik.

Gerakan ini dilakukan ketika zakar masih tegang di waktu pagi. Pada waktu ini, rasa ngilu adalah paling tinggi. Gerakan ini akan mengasah kepala zakar, membiasakannya kepada geselan. Kepala zakar amat sensitif pada geselan. Dengan melatihnya rasa sensitif sewaktu jimak akan dapat dikurangkan.

Cara Gerakan: Tarik nafas hingga penuh paru-paru. Pegang batang zakar dengan agak kuat supaya darah tertumpu ke kepala zakar dan ini menyebabkan kepala zakar mengembang. Dengan menggunakan perut tapak kaki, gosok atau asah kepala zakar ke arah hujungnya. Semasa melakukan ini tahan nafas kemudian hembuskan. Ulangi 3 kali. Gerakan ini membantu untuk menguatkan otot bahu yang perlu bertenaga dalam jimak.

# Senaman Harimau

**TEPIS JENGKING**

Cara gerakan: Duduk bersila, belakang ditegakkan. Tarik nafas dan depangkan tangan kanan separas bahu ke kanan dengan perlahan. Bawa tangan itu separas bahu lurus ke arah depan sambil menarik nafas. Kemudian cuba lagi dengan tangan itu untuk ke kiri lagi, lengan lurus. Akan dirasa otot dada akan menghalang gerak tersebut. Ulangi gerakan tersebut sebanyak 3 kali. Setelah itu barulah anda hembuskan nafas. Ulangilah perkara yang serupa juga untuk tangan yang kiri. Perlu diingat bahawa bahu perlu tegak dan tidak disengetkan semasa pergerakan.

# Senaman Harimau

**MATAHARI NAIK**

Gerakan ini membantu mengurut otot-otot bahagian pinggang serta rusuk, tengkok dan leher dan dalam masa yang sama merangsang pengaliran darah yang lebih lancar.

Cara Gerakan: Duduk bersila dan tegakkan belakang. Dengan perut tangan, sila tekan otot pinggang dari arah belakang sainbil menarik nafas perlahan. Dengan perlahan juga urut otot pinggang itu membawa ke rusuk dan dada. Lakukan itu sainbil menahan nafas. Bawa tangan itu ke depan dan ke atas hingga dapat dilepaskan tangan itu lurus ke atas kepala, barulah nafas dihembuskan dengan perlahan.

# Senaman Harimau

**LEJANG GAJAH**

Gerakan ini berguna sebagai senaman memulihkan tenaga batin. Tenaga akan tertutnpu kepada urat bahu, leher serta urat peha dan betis ketika gerakan ini dilakukan. Lutut bagi kaki yang diluruskan serta kedua tangan tidak wajar dibengkokkan ketika henjutan.

Cara gerakan: Duduk dengan meluruskan kaki kanan dan melipatkan kaki kiri. Belakang ditegakkan. Tarik nafas dengan perlahan dan dalam.

Letakkan tangan kanan ke lutut kiri. Cuba capai ibu jari telunjuk tangan kiri. Henjutkan badan dengan perlahan serta lembut bagi mencapai ibu kaki. Ulangi 7 kali. Lepaskan nafas.

# Senaman Harimau

**CAKAR RIMAU**

Gerakan ini berguna sebagai senaman memulihkan tenaga batin. Tenaga juga tertumpu kepada urat bahu, leher serta urat peha dan betis ketika gerakan ini dilakukan. Tangan dan kaki lurus ketika gerakan.

Cara gerakan: Duduk dengan kaki seperti gambar atas. Pegang ibu jari kaki kiri dengan tangan kiri.

Tarik nafas perlahan, dengan perlahan juga cuba pusingkan badan ke arah kiri dan jangkau tangan kanan itu sejauh yang mungkin ke kiri. Jari-jari kanan itu harus mencecah lantai. Gerakan pusingan ini diulang 7 kali. Hembus nafas. Sila ulangi gerakan untuk sebelah kanan pula.

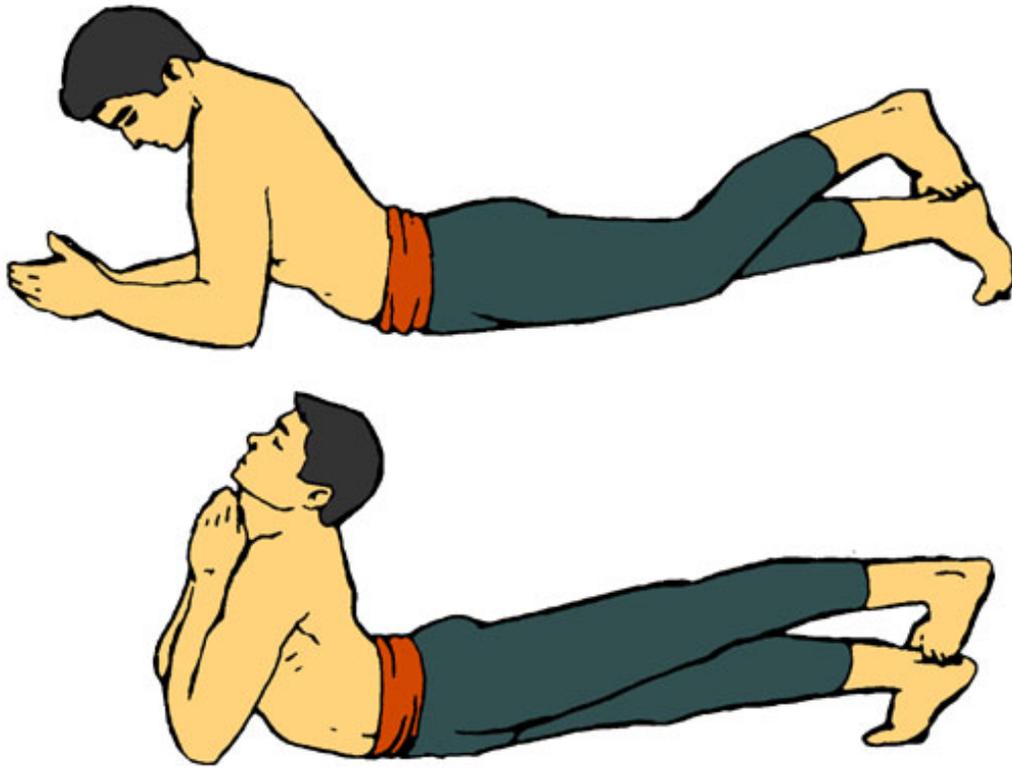
# Senaman Harimau

**TIUPAN SERULING**

Gerakan senaman ini adalah baik bagi menguatkan otot peha. Apabila gerakan dilakukan akan terasa otot peha sebelah belakang (bicep femoris) diregang dan otot peha hadapan (rectus femoris) dan otot peha tepi (vastus externus) diuruti. Regangan yang dilakukan itu adalah diukur menggunakan jarak maksima bukaan kesemua jari-jari tangan kanan dan kiri yang disambungkan. Itulah jarak antara telinga dan ibu jari kaki.

Cara gerakan: Duduk seperti gambar. Kembangkan jari-jari dan susun agar ibu jari tangan kiri mencecah cuping telinga kanan. Ibu jari tangan kanan pula mencecah kelingking tangan kiri.

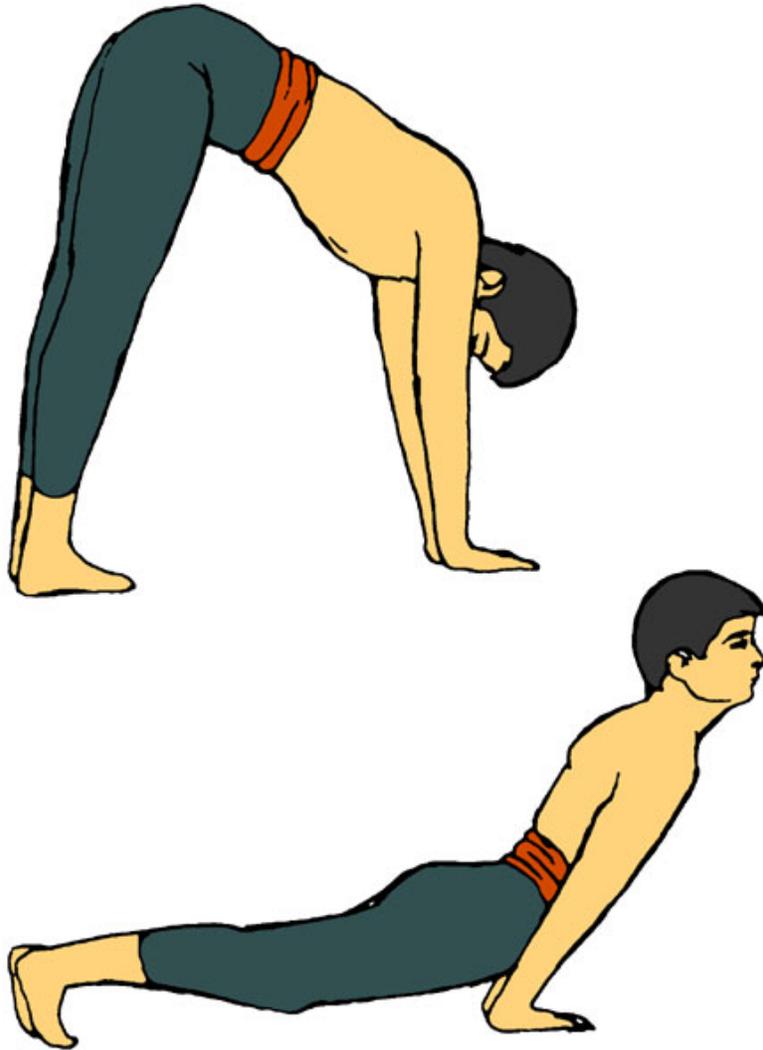
Tarik nafas. Bengkok badan ke arah kaki kanan dan cuba cecahkan jari kelingking kanan itu ke hujung ibu jari kanan. Ulangi gerak cecah itu 7 kali sambil menahan nafas. Kemudian lepaskan nafas perlahan-lahan sambil mengangkat semula kepala ke posisi asal. Semasa gerakan pastikan kaki kanan lurus. Ulangi dengan kaki kiri.

# Senaman Harimau

**BETAH ULAR**

Tulang belakang, tengkuk, pinggang, peha, betis dan urat tapak kaki adalah bahagian-bahagian yang diregang melalui gerakan senaman ini. Ia juga menarik otot-otot perut ke atas dan berguna untuk menguatkan bahagian perut.

Berbaring meniarap seperti gambar. Kaki kanan di bawah kaki kiri. Urat tumit kaki kanan dikepit oleh ibu jari dan jari kedua bagi kaki kiri. Kedua tangan adalah berteleku di atas siku. Kedua telapak tangan ditemukan.

Tarik nafas dengan perlahan dan dalam sambil menarik kedua-dua tangan ke arah bawah dagu agar hujung jari-jemari menekan leher. Tetapi tekanan itu hanyalah sekadar cecahan saja kerana leher itu sebenarnya ditegakkan ke arah belakang. Seluruh badan ditolak ke belakang serentak dengan gerakan di atas hingga ia tidak boleh digerakkan ke belakang lagi. Bahagian betis, peha, pinggang dan otot belakang akan terasa perit apabila gerakan itu berlaku. Tahankan posisi kedua gambar untuk selama 7 saat. Hembus nafas. Tukar kaki.

# Senaman Harimau

**ULAT BULU**

Ini adalah senaman tradisional Melayu yang dikesani telah diajarkan di negeri Pahang dan Johor, Di Segamat, gerakan ini dinamakan Senam Harimau.

Di waktu pagi, buat seperti gambar di atas. Sila pastikan bahawa kedua tapak tangan itu dihampirkan begitu juga kedua tapak kaki. Kedua tangan dan kaki diluruskan. Berat badan ditampung oleh kedua tangan.

Dengan perlahan dan hati-hati, turunkan punggung agar ia semakin menghampiri kedua telapak tangan. Berat badan ditampung oleh kedua tangan, lutut masih lurus. Kaki ditampung di atas jari-jari kaki yang ditegakkan. Semasa menurunkan badan seluruh peha dan betis jangan mencecah lantai. Kemudian kembali ke posisi asal. Sila lakukan sebanyak 3 kali atau seberapa kali yang termampu.

# Disiplin Senaman Kucing.

Senaman Kucing adalah satu disiplin senaman tenaga batin yang juga ada di kalangan masyarakat Melayu. Kucing adalah antara satu-satunya jenis haiwan yang dipelihara oleh masyarakat Melayu di dalam rumah dan dianggap sebagai haiwan yang paling jinak.

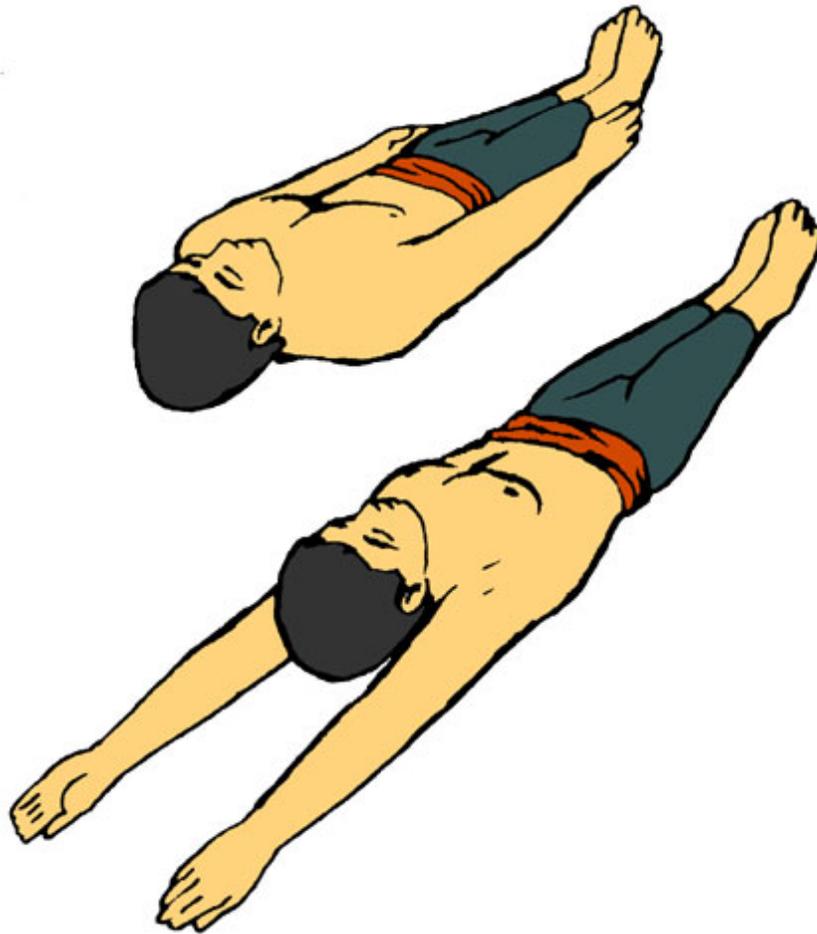
Sifat yang paling ketara unik pada seekor kucing ialah kelakuannya apabila ia bangun dari tidur. Sebelum ia melakukan senaman badannya amat pasif seolah-olah tiada bermaya. Tetapi apabila ia sudah melakukan senamannya dan memandikan bulunya ia akan jadi seekor binatang yang aktif dan tangkas. Kucing adalah binatang yang lentur badannya. Ia juga bisa mengubati lukanya dengan air ludahnya sendiri. Atas faktor-faktor inilah maka perlakuan kucing sentiasa diperhatikan dan ditiru bagi penjagaan kesihatan oleh masyarakat Melayu pada zaman dahulu.

Kucing sudah tinggal bersama manusia sejak lebih 3,000 tahun yang lampau.

Senaman kucing yang dicatat ini mempunyai persamaan dengan Senaman Harimau dari segi penyertaan nafas dalam gerakannya. Ini menunjukkan bahawa menurut pengetahuan orang-orang Melayu praktik pernafasan itu penting dalam penjagaan prestasi tenaga batin. Namun gerakan Senaman Kucing lebih sukar dijayakan.

Senaman Kucing dilakukan secara lebih berlembut dan tiada dipaksa gerakannya. Oleh kerana itu ia memerlukan minda yang lebih tenang dan kemampuan kelenturan badan yang lebih tinggi. Maka kebiasaannya Senaman Harimau diamalkan terlebih dahulu sebelum Senaman Kucing.

Bagi yang baru mahu mencuba gerakan ini, Senaman Kucing elok dilakukan di waktu malam (jangan buat terlalu banyak gerakan, nanti sukar untuk tidur). Pergerakannya dibiasakan sehingga badan menjadi lentur kemudian barulah ia dilakukan di waktu pagi bersama Senaman Harimau. Senaman Kucing juga sesuai dilakukan oleh kaum wanita.

# Senaman Kucing

**MEMUKUL PANTAI**

Seorang tua Melayu telah menyatakan bahawa sekiranya kita bangun dari tidur sebaiknya janganlah terus bingkas bangun. Paling baik ialah menggeliat dulu, pusing kanan dan kiri dan kemudian baru bangun. Di sini dicatatkan gerakan Senaman Kucing yang awal bila saja anda bangun dari tidur.

Tutup mata, tangan diluruskan ke tepi-tepi badan. Pusingkan biji mata seolah-olah mahu memerhatikan sekeliling. Lakukan untuk kira-kira 10 saat. Kemudian tarik nafas dalam-dalam, tahan nafas 7 saat dan hembus nafas perlahan-lahan hingga habis. Ulangi 3 kali.

Tangan yang berada di tepi badan itu dibawakan lurus melampaui badan sambil menarik nafas lagi. Masa yang diambil untuk menggerakkan tangan itu ialah 7 saat. Kemudian kembali ke posisi pertama sambil menghembus nafas perlahan-lahan. Senaman ini menolong mengimbangi urat saraf, meluruskan tulang belakang serta menyusun urat-uratnya.

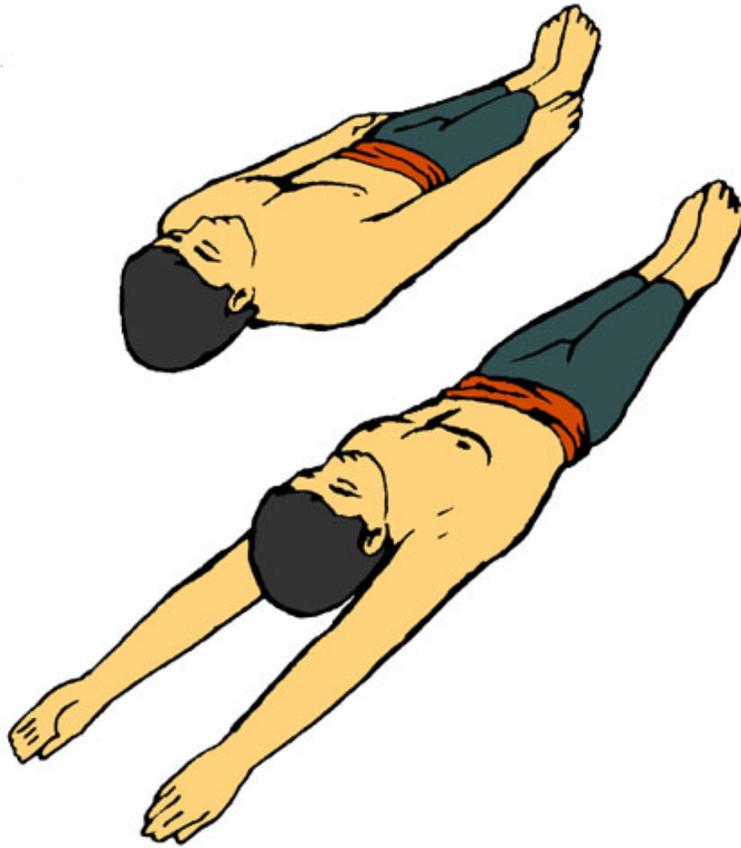
# Senaman Kucing

KERUSI RAJA

Urutan pada lubang buah zakar dilakukan dengan berbagai cara. Salah satunya ialah dalam keadaan berbaring sebagaimana gambar.

Cara melakukannya ialah, mula-mula baring terlentang dan bertenang dan kemudian tarik nafas dalam-dalam sambil mengangkat kaki lurus dan menegak. Pastikan bahawa belakang anda lurus dan kedua kaki diangkat lurus tanpa membengkokkan lutut. Tahan nafas.

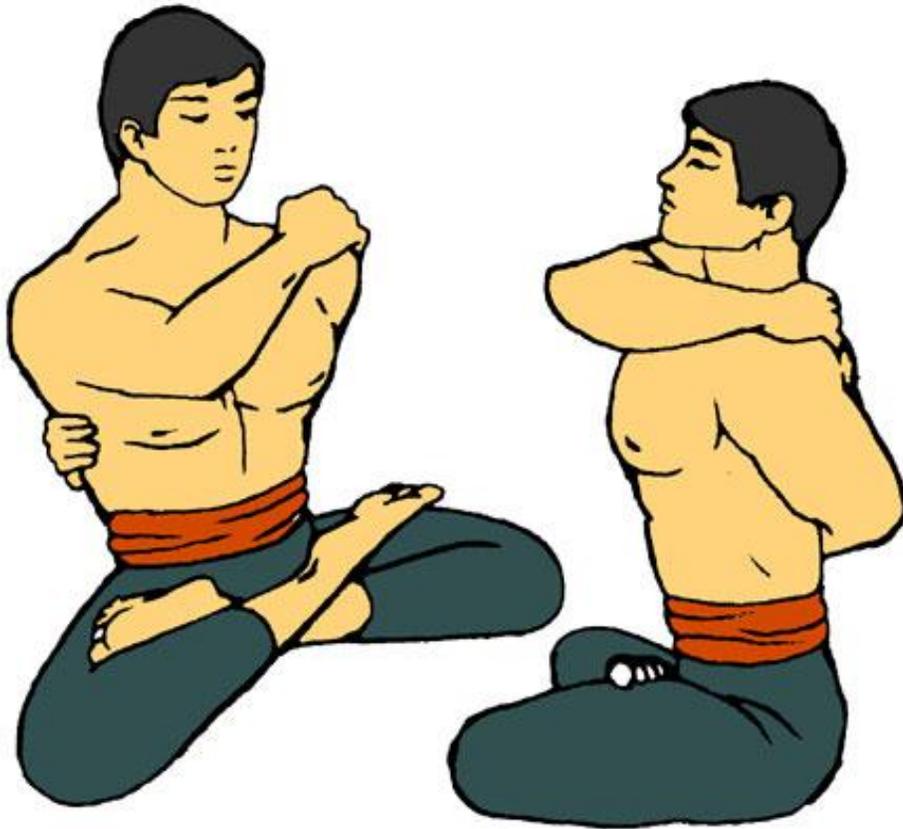
Dengan menggunakan perut jari (paling mudah jari tengah), urut urat yang berada di tepi perut (salur mani) dengan perlahan-lahan ke arah atas dan tepi perut. Ulangi urutan ini 3 kali. Akhirnya lepaskan kaki perlahan-lahan agar berlunjur semula dan lepaskan nafas. Gerakan ini membantu membetulkan perjalanan darah ke urat zakar supaya ia dapat menegang dengan lebih baik serta dapat menambah daya sedar dengan mengalirkan darah ke kepala.

# Senaman Kucing

**SIKU BAJI**

Gerakan ini adalah antara gerakan yang baik dilakukan sama ada sebelum tidur atau di pagi hari setelah bangun tidur. Ia adalah antara gerakan yang berfaedah untuk pinggang, saraf tengkok dan belakang. Senaman ini membantu mengalirkan darah ke kepala dan dapat memulihkan sakit pinggang.

Bermula dengan berbaring terlentang dan bertenang. Angkat kedua kaki serentak hingga melewati atas kepala seperti gambar. Cuba cecahkan kedua jari kaki ke lantai. Pastikan bahawa kedua-dua lutut adalah lurus dan pergerakan dibuat dengan lurus ke arah kepala. Bertahan di posisi ini selama 7 saat.

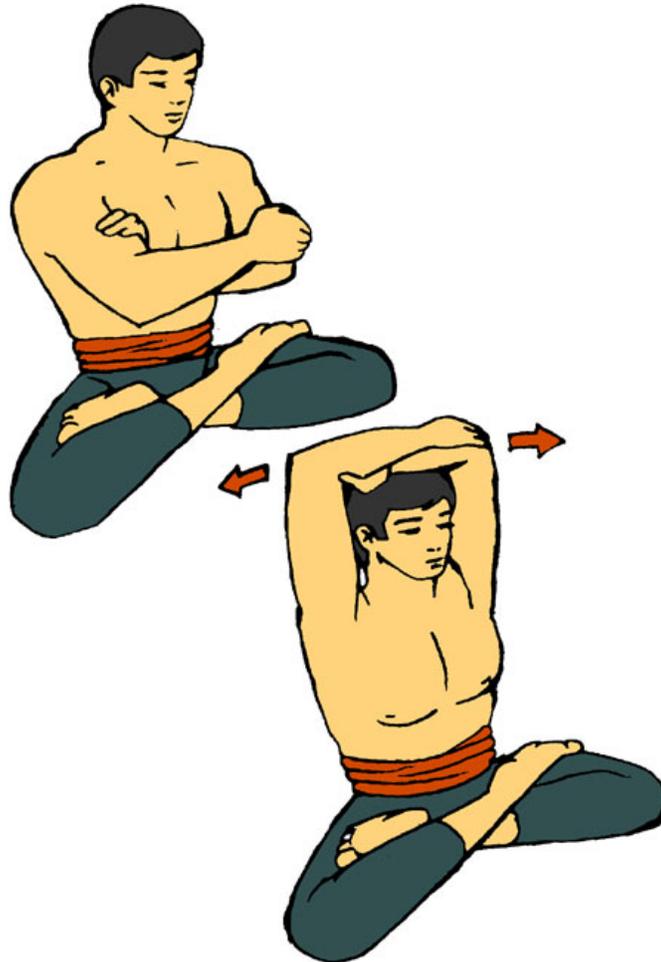
Semasa melakukan gerakan, tangan disilangkan seperti gambar sebelah kanan. Lengan mestilah lurus juga sebagaimana kedua kaki. Berat badan diagihkan ke arah kaki semasa gerakan dilakukan. Jika anda merasa sukar menjejakkan kaki ke lantai maka boleh pegang kedua ibu jari kaki dengan jari-jari tangan. Kemudian dengan perlahan-lahan dan dalam keadaan lutut yang lurus, kembali semula ke dalam keadaan terlentang. Masa yang diambil untuk terlentang semula ialah kira-kira 7 saat. Jika dilakukan dengan betul, terdengar tulang belakang berbunyi dan jika perut ada angin maka ia akan keluar

# Senaman Kucing

Ular Melilit Batang

Orang-orang tua Melayu telah berpesan bahawa clakkan dari menghayun tangan ke kiri dan ke kanan iaitu perlakuan yang biasa dilakukan bila terasa lenguh di belakang. Ini dikatakan tidak baik bagi kesihatan tenaga batin. Ada alternatif yang lebih baik bagi membantu untuk memulihkan urat rusuk dan bahu serta menguatkan dada.

Orang Melayu ada cara yang tersendiri bagi memusing badan dan ia dikatakan membantu mengekalkan tenaga batin. Caranya ialah, mulai dengan duduk bersila sebagaimana gambar sebelah kanan. Lilitkan tangan kiri ke belakang sambil jari kiri itu memegang daging manis di tepi pinggang kanan atau ditulang rusuk kanan, dari arah belakang. Tangan kanan depangkan lurus arah kanan. Tegakkan badan. Tarik nafas.

Dengan perlalian, bawa tangaji kanan itu ke arah bahu kiri dan cuba memautnya sebagaimana gambar sebelah kiri. Perhatikan bahawa tangan kiri memaut rusuk kanan sementara tangan kanan memaut bahu kiri. Tarik nafas 7 saat kemudian lepaskan perlahan-lahan sambil mendepangkan semula tangan kanan sebagaimana gambar sebelah kanan. Lepas itu tukar tangan dan ulangi proses yang sama.

# Senaman Kucing

Liut Pohon

Antara tempat yang menjadi tumpuan dalam senaman tenaga balin ialah meleniurrusuk sena daging man is di tepi pinggang. Bagi yang telah berkahwin, dapat diketahui bahawa antara tanda mani keluar awal atau zakar kurang menegang iaiah Icnguh dan terasa di bahagian yang tersebut. Kita dapat lihat bahawa kebanyakan dari gerakah Senaman Harimau dan Kucing menumpukan terhadap cara melentur bahagian pinggang.

Gerakan senaman yang membantu mengatasi masaiah ini adalah sebagaimana gambar. Duduk bersila. Peluk tubuh sebagaimana iliustrasi sebelah kiri dalam keadaan memegang siku. Tegakkan badan. Tarik nafas dengan perlahan sambil mengangkat tangan yang beqieluk tubuh untuk melewati kepala iaitu ke belakang sedikit dari ubun-ubun. Tanpa memusingkan badan, bengkokkan badan ke araJi kanan dengan perlaJian-lalian hingga terasa peril tepi pinggang kiri. TaJian hingga kira-kira 5 saat. Kemudian bengkokkan pula badan ke arah kiri dengan cara yang sama. Pastikan bahawa dada sentiasa menghala ke depan, jangan dipusingkan.

# Senaman Kucing

Paut Perindu

Seorang tua Melayu perempuan telah menyatakan bahawa gerakan di atas adalah peringkat awal latihan meleniur sebelum seseorang itu dapat melelakkan kakinya di atas tengkok. Maka gerakan ini adalah mirip genikan Hka Pada Sirasana atau Omkarasana atau Dwipada Sirasana, meletakkan kaki di atas tengkok itu tidak digalakkan pembaca melakukannya. Disini dicatatkan kaedah yang mudah sebagaimana diajarkan oleh orang Melayu.

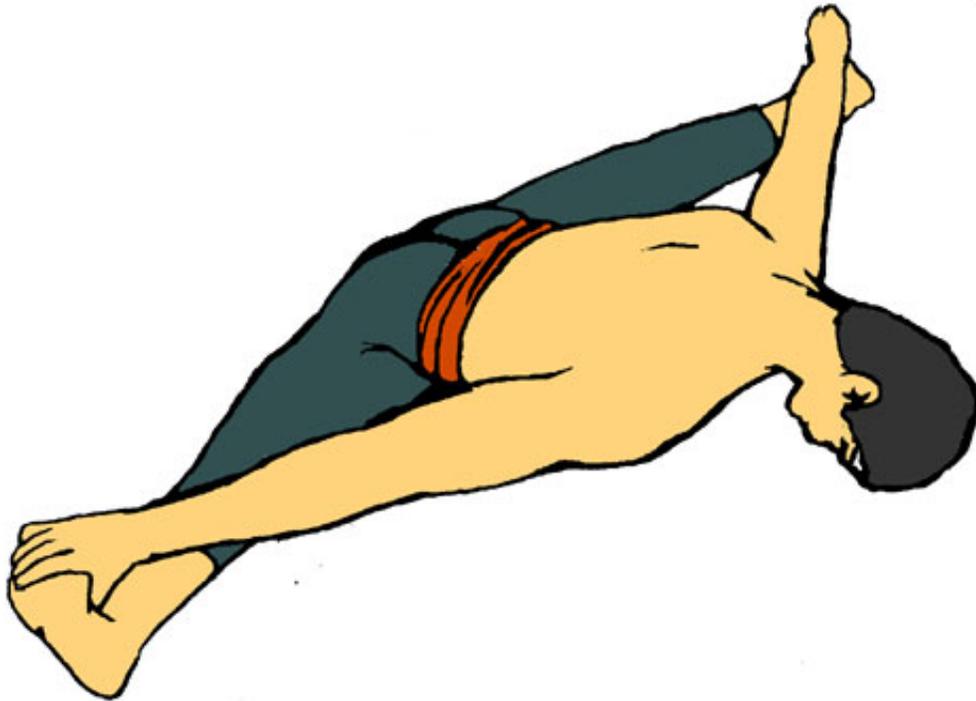
Duduk bersila dan bertenang. Keniudian tarik nalks dalam-dalam. Angkat kaki kanan luais ke atas. Tarikkaki itu dengan kedua tangan ke arah dada. Tahan posisi dan nafas selama 7 saat, Lepaskan nafas dengan perlahan sambil meletakkan semula kaki ke bawah. Ulangi dengan kaki kiri pula. Senainan ini berguna untuk membetulkan urat peha dan betis, menarik dan melentur urat kiri dan kanan bumi zakar, serta membetulkan urat bahu dan lengan. Lakukan perlalian-lahan, jangan dipaksa. Buat seuikat posisi yang tennampu.

# Senaman Kucing

Ayam Menaji

Mulai dengan duduk, temukan kedua telapak kaki dan peha dibuka lebar sebagaimana gambar aias' Kedua-dua tangan memegang kaki. Kemudian tarik nafas, tegakkan belakang, paut kedua kaki ke arah kemaluan. Tahani nafas selama 7 saat. Lepaskan nafas perlahan-lahan sambil melepaskan semula kaki ke bawah.

Dengan keadaan tangan masih memegang kedua kaki, rebahkan badan perlahan-lahan ke depan sehingga jejak kepala ke lantai. Tangan yang memaut kedua kaki itu yang membantu untuk melenturkan badan hingga kepala jejak ke lantai. TaJian di posisi itu kira-kira 7 saat kemudian bangun semula perlahan-lahan untuk kembali duduk. Senaman ini memulihkan tulang belakang dan menjaga buah pinggang. Ia agak sukar dilakukan terutamanya jika badan belum lentur. Lakukan selakal rebahan yang termampu, jangan dipaksa-paksa.

# Senaman Kucing

Terbang Helang

Satu ciri yang jelas di Senaman Kucing ialah bahawa ianya lebih sukar dilakukan buat pertama kali kerana ianya menganggap badan telah lentur oleh gerakan-gerakan Senaman Ilarimau. Gerakan bagi Senaman Kucing juga dilakukan dengaiv lembut serta perlahan-lahan. Kunei kejayaan mencapai posisinya adalah ketenangan. Gcrakannya dilakukan dengan amat tenang dan tidak memaksa otot.

Walau bagaimanapun, ada antara gerakan Senaman Kucing Udak disaran melakukannya kerana ajnat sukar mencapai posisi yang dikehendaki. Salah satu darinya ialah sebagaimana gambar di sebelah. Ia dicatat sekadar menambah pengetahuan. Tanpa kelunturan yang cukup, dikhuatiri ia memudaratkan badan.

Bermula dengan cubaan mengangkangkan kaki sedikit demi sedikit di kala pagi hinggalali dapat mencapai tahap maksima sebagaimana di gambar. Dari duduk yang mengangkang itu, pegang kedua telapak kaki dan tarik nafas. Cuba bengkok ke depan hingga kepala dapat meneecah lantai. Kemudian lepaskan nafas dengan perlahan-lahan dan cuba duduk semula sebagaimana asal.

# Senaman Kucing

Sambar Helang

Senaman ini berguna untuk mengelakkan sakit lemah jantung, menambahkan daya ketahanan dan kekuatan jimak dan dapat menguatkan daya ketegangan zakar.

Urat-urat otot peha seria sena pinggang adalah antara tempat-tempat sasaran kebanyakan tlari senaman tenaga batin. Ada di antara gerakan senaman yang bertujuan menjaga kesegaran kesihatan (ubuh dan minda keseluruhannya, ada yang khusus utiluk menguaikan semula tenaga balin lelaki atau wanita. Gerakan senaman di alas adalah antara gerakan yang mana tujuannya lebih umum. Gcrakan ini boleh dilakukan bersama-sama dengan Senaman Harimau kerana ia agak mudah. Ia boleh dilakukan sebelum gerakan Betah Ular dan Senaman Harimau kerana posisi asasnya hampir serupa.

Cara melakukannya ialah, mulakan dari posisi be roaring terlangkup di atas dada dan lunjurkan kaki. Kemudian dengan perlahan, bengkokkan kedua kaki ke atas dan ke arah punggung sambil menekan ke dua kaki tersebut dengan kedua langan di pergelangan buku lali. Tujuan tekanan itu ialah agar kedua kaki tersebul tetap di alas punggung.

Dengan perlahan, tarik nafas dalam-dalam, cuba angkatkan kepala seberapa tinggi yang mungkin sambil tetap menekan kedua kaki agar ia mantap di punggung. Tekanan ke atas kaki itu dilakukan serentak dengan tarikan ke atas ke dua-dua kaki tersebut hingga dapat dirasakan urat peha tegang. Tahankan nafas selama 7 sail kemudian barulah lepaskan nafas sambil kembali berlunjur.

Gerakan senaman ini dapat menarik kedua urat yang mengendalikan peha dan menguatkan pinggang serta balm. Ia juga dikatakan mengelakkan dari penyakit kencing inanis.

# Senaman Kucing

Telepuk Katak

Ini adalah antara gerakan yang paling sukar dari Senaman Kucing. Tanpa kemahiran gerakan ini tidak digalakkan. Ia hanya dicatatkan bagi menambah pengetahuan. Mula-mula duduk seperti gambar di sebelah, tulang tungking dijejakkan di atas lantai, badan mesti tegak dan bila sudah sempurna duduk itu, tarik nafas sedalam-dalamnya. Dengan perlahan sekali, rebahkan badan hingga bahu mencecah lantai dan kedua tangan diluruskan sebagaimana gambar bawahnya. Apabila posisi ini telah sempurna, bangun pula dengan perlahan hingga kembali pula ke posisi asal. Hembuskan nafas dengan perlahan-lahan. Gerakan ini adalah antara gerakan yang disarankan untuk dilakukan di waktu malam iaitu sebelum tidur dan sebelum berjimak.

# Senaman Tiga Sedondon

Menurut pengetahuan kuno, kawasan dubur dan kemaluan adalah penting bagi mencapai tahap kesihatan serta kemampuan seksual yang baik. Cara bernafas yang salah akan menyebabkan tubuh menjadi sakit dan kemampuan tenaga batin akan menurun. Ada tiga latihan senaman berserta pernafasan yang mempunyai manfaat berikut:

- Merangsang kemampuan fungsi kemaluan dan dubur.
- Membetulkan semula otot-otot yang lemah serta masalah kawasan dubur dan kemaluan.
- Meningkatkan nafsu serta kemampuan untuk jimak.
- Menghasilkan tindakbalas rangsangan yang tersebar ke arah atas sepanjang saraf tunjang tulang belakang dan menggiatkan semula tenaga batin seluruh tubuh.
- Merangsang fungsi saluran pernafasan dan membantu melawan jangkitan di kawasan tersebut.

Anda boleh lakukan latihan ini di waktu pagi ataupun di waktu malam sebelum masuk tidur.

SENAMAN 1

Tangan dan lutut di atas lantai seperti mahu merangkak. Gerakkan punggung anda ke belakang dan ke arah kaki anda sambil mendepangkan lengan anda ke hadapan.

Hembus nafas kemudian tarik nafas dalam-dalam hingga penuh paru-paru. Tahan nafas anda.

Kemutkan otot dubur anda dan tariklah dubur itu ke arah dalam sedalam yang anda mampu tapi jangan dipaksa-paksa. Latihan ini sepatutnya tidak akan memenatkan anda.

Rehatkan semula otot dubur anda. Kemudian ulangi proses yang sama hingga 3 kali atau lebih (tapi jangan terlalu lama hingga anda jadi kekurangan udara).

Akhir sekali barulah lepaskan nafas. Kosongkan paru-paru anda. Bangkit semula ke posisi merangkak tadi. Berehat dulu di posisi ini. Kemudian anda boleh ulangi jika anda mahu.

SENAMAN 2

Baring terlentang di atas lantai dengan keadaan lengan anda berada di tepi tubuh dan bertenang.

Hembuskan nafas. Kemudian tarik nafas dalam-dalam sementara anda merehatkan semua otot-otot yang tidak anda gunakan untuk bernafas.

Hembuskan nafas. Bila anda hembuskan nafas, kemutkan otot dubur anda dan tariklah dubur itu ke arah dalam sedalam yang anda mampu tapi jangan

dipaksa-paksa. Latihan ini sepatutnya tidak akan memenatkan anda.

Bila sudah hembuskan nafas, rehatkan semua otot dubur anda.

Ulangi pernafasan masuk dan keluar ini sambil mengemutkan otot dubur 3 kali atau lebih, tapi jangan terlalu lama.

Kemudian berehat sekali lagi.

SENAMAN 3

Baring terlentang di atas lantai dengan keadaan lengan anda berada di tepi tubuh dan bertenang.

Hembuskan nafas hingga habis.

Hayunkan lengan anda dalam bentuk separuh bulatan melangkaui kepala anda hingga ia diletakkan di atas lantai. Dengan itu tubuh anda akan diregang dari arah kepala hingga ke kaki. Semasa anda menghayun tangan anda itu, tarik nafas dalam-dalam hingga memenuhi paru-paru.

Tahan nafas anda.

Kemutkan otot dubur anda dan tariklah dubur itu ke arah dalam sedalam yang anda mampu tapi jangan dipaksa-paksa. Latihan ini sepatutnya tidak akan memenatkan anda.

Rehatkan otot-otot dubur anda.

Ulangi kemutan ke atas otot-otot itu sebanyak 3 kali atau lebih.

Hayunkan kembali lengan anda sambil menghembus nafas.

Berehat sebentar kemudian anda boleh ulangi latihan ini jika anda mahu.

# Nafas Tiga Serangkai

Berikut pula adalah 3 latihan pernafasan yang bertujuan untuk membangkitkan Besi Khursani dalam tubuh.

NAFAS 1

Duduk bersila di atas bantal atas lantai dan pastikan belakang anda tegak. Kosongkan paru-paru anda. Tarik nafas sambil mengira hingga angka 4. Bila menarik nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kembungkan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga penuhkan paru-paru menggunakan otot-otot sekeliling bahu anda.

Tahan nafas dengan kiraan 16. Kemudian hembus nafas dengan kiraan 8.

Bila hembuskan nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kempiskan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga kosongkan paru-paru menggunakan otot-otot sekeliling bahu anda.

NAFAS 2

Duduk bersila di atas bantal atas lantai dan pastikan belakang anda tegak.

Tarik dan hembus nafas dalam-dalam tapi laju sebanyak 10 kali tapi jangan laju sangat hingga anda mengah atau kehilangan udara.

Bila menyedut nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kembungkan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga penuhkan paru-paru menggunakan otot-otot sekeliling bahu anda.

Bila menghembuskan nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kempiskan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga kosongkan paru-paru menggunakan otot-otot sekeliling bahu anda.

Setelah sedutan nafas terakhir, penuhkan paru-paru dan tahan nafas anda kemudian kira hingga 10. Lepas itu hembuskan nafas.

NAFAS 3

Duduk bersila di atas bantal atas lantai dan pastikan belakang anda tegak.

Kosongkan paru-paru anda sehabisnya.

Tutup lubang hidung kiri dengan jari-jari salah satu tangan anda. Tarik nafas melalui lubang hidung kanan selama tempoh 4 kiraan.

Bila menarik nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kembungkan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga penuhkan paru-paru menggunakan

otot-otot sekeliling bahu anda.

Tahan nafas anda selama tempoh 16 kiraan. Kemudian tutup lubang hidung kanan anda menggunakan jari-jari. Lepas itu hembus nafas menggunakan lubang hidung kiri selama tempoh 8 kiraan.

Bila menghembuskan nafas, cuba lakukan ia dalam tiga peringkat yang berlangsung secara lancar antara satu sama lain. Mula-mula kempiskan perut anda, kedua gunakan pula otot dada dan ketiga kosongkan paru-paru menggunakan otot-otot sekeliling bahu anda.

Bila sudah hembuskan nafas, ulangi latihan ini tapi pada kali ini mulakan dengan menutup lubang hidung kanan pula.

BERTENANG SETELAH LATIHAN

Setelah selesai melakukan latihan, baring di atas lantai dan bertenang selama 2 hingga 5 minit. Kedudukan ini akan meningkatkan keberkesanan latihan dan memberi peluang untuk anda betah semula jika latihan tadi telah memenatkan anda.

Semasa bertenang ini, sila beri tumpuan untuk rehatkan kaki anda, kemudian bahagian bawah badan anda, bahagian atas, kemudian lengan dan bahu, dan akhir sekali muka dan kepala. Bila semua bahagian tubuh telah direhatkan, cuba jangan fikir tentang apa pun, cuba rehatkan tubuh anda lebih jauh. Gunakan masa untuk berada dalam tahap kerehatan ini dengan mengosongkan fikiran anda.

# Panji Teruna

Terdapat berbagai amalan bagi menjaga kesihatan tenaga batin yang elok diamalkan oleh lelaki terutamanya yang mahu berumahtangga. Antara amalannya dirangkumkan di bawah ini dan dinamakan Panji Teruna. Bagi lelaki yang normal ada dua masalah yang mungkin terjadi apabila jimak iaitu:

1. Zakar tidak cukup ketegangannya akibat tidak menjaga makan, tidak berpantang dan tidak melakukan senaman. Zakar yang lembik mungkin tidak dapat menusuk ke faraj, tidak mampu untuk memuaskan isteri dan mungkin akan memancutkan mani sebelum tiba masanya.

2. Pancutan mani sebelum masanya. Gejala terjadi dari rasa sensitif yang melebihi normal pada saraf-saraf kelamin atau nafsu jimak yang tinggi dan tidak mampu mengawalnya. Rasa ngilu yang berlebihan itu terjadi apabila lelaki banyak makan makanan sejuk. Nafsu jimak yang tinggi terjadi bila terlalu banyak makan makanan yang panas. Cara paling baik untuk mengatasi dua ekstrem ini ialah dengan latihan fizikal dan jika di Barat menerusi konsultasi psikologi.

Ini bermakna, lelaki teruna bukanlah semestinya tahan dalam jimak malah kemungkinan berlakunya pancutan mani sebelum masa adalah lebih besar. Ini mungkin timbul dari dua faktor penting bagi teruna iaitu rasa ghairah yang tinggi yang sukar dikawal kerana ‘barang yang haram menjadi halal’ dan juga kerana kurang pengahuuan yang mengakibatkan sukar bagi menyesuaikan tempo jimak, rangsangan jimak, posisi jimak, masa jimak serta kawalan psikologi untuk mendatangkan hasil yang dihajatkan.

Gejala zakar lembik mungkin terjadi pada semua peringkat umur. Ia paling mudah terjadi di kalangan lelaki yang suka memakan makanan sejuk dan berat badan melebihi normal. Bagi lelaki lain ia mungkin bersebab dari kurang senaman dan cara tidur malam yang tidak betul. Kes yang lebih gawat dari itu ialah tulang belakang yang terhentak atau saraf tunjang yang tersekat, menyebabkan saraf penegangan zakar tidak berfungsi penuh.

Aspek-aspek psikologikal sebagai ubat tidak dibincangkan secara amat terperinci di Timur, tidak seperti di Barat. Kaedah rawatan di Timur lebih banyak menekankan aspek fizikal. Aspek psikologi banyak dibincangkan di Barat mungkin kerana di sana ramai manusia mengalami tekanan jiwa kehidupan metropolitan dan rasa marah atau benci atau cemburu kepada pasangan kerap berlaku kerana gejala kebebasan seks. Di Timur pada masa dahulu, perkara ini jarang berlaku. Namun satu perkara perlu diingat iaitu ‘percaya bahawa anda boleh menjayakannya maka anda boleh melakukannya dengan izin Allah’. Keyakinan dapat mengubati kelemahan yang ada.

Disamping usaha-usaha fizikal yang dicatatkan maka paling baik agar berdoa kepada Allah agar dikurniakan kekuatan dan ketahanan.

Disenaraikan berikut ini petua-petua Melayu lama mengenai cara menjaga kesihatan tenaga batin. Kebanyakannya adalah berkaitan dengan Ilmu Tabib dan sedikit-sedikit mempunyai pengaruh Islam:

1. Mengurut Zakar.

   Bila bangun pagi sebelum buang air kecil, sebaiknya semasa zakar masih tegang, ambil air liur basi dari langit-langit menggunakan ibu jari yang kanan. Kemudian selawat ke atas Nabi Muhammad s.a.w. tiga kali berturut-turut. Bawa perut ibu jari itu ke kepala zakar lalu urut sekali lalu dari kepala zakar meughala ke lubang kencing. Gerakan ini membantu menyegarkan kepala zakar dan agar tidak mudah ngilu ketika jimak.

2. Menajamkan Zakar.

   Biji zakar yang keras akan menambah nikmat kepada isteri dan menegangkan zakar serta melambatkan pancutan mani. Untuk itu, zakar harus ditajamkan untuk mengeluarkan Biji zakar hingga dirasakan ia menonjol ke hujung kepala zakar apabila zakar tegang.

   Cara menajamkannya ialah apabila bangun tidur. duduk dan temukan kedua-dua tapak kaki. Sebaiknya zakar masih tegang semasa melakukan latihan ini. Tarik nafas dalam-dalam sambil menekan kedua-dua lutut dengan tapak tangan. Cuba tekan lutut itu hingga jejak ke lantai tapi jangan dipaksa. Pada masa itu, kendalikan otot zakar (otot-otot pengemut kencing) dengan mengemutkannya. Jika zakar masih tegang maka pastikan bahawa kepala zakar menjadi besar dan berkilat apabila otot itu dikemutkan. Cara kedudukan semasa melakukan ini ditunjukkan di dalam Scnaman Harimau langkah yang kedua.

3. Mengesatkan Kepala Zakar.

   Praktik ini bertujuan untuk mengurangkan sensitiviti pada kepala zakar dan memberi latihan kepada saraf-saraf yang berhubung dengannya agar biasa dengan rasa kengiluan yang tinggi. Rasa ngilu adalah antara sebab mengapa mani terpancut lebih awal. Kepala zakar yang lebih kesat juga akan menambahkan kelazatan kepada isteri.

   Caranya ialah, mulakan dengan duduk seperti mahu bersila tetapi kedua tapak kaki ditemukan. Tangan kiri memegang kaki kiri dan tangan kanan memegang batang zakar (paling baik ialah bila zakar tegang di waktu pagi). Tarik nafas, kemutkan otot zakar, dekatkan kaki kiri ke kepala zakar dan geselkan telapak kaki ke kepala zakar ke arah lubang kencing, satu hala saja. Ulangilah hingga 3 kali geselan. Boleh juga diulangi hingga terasa ngilu barulah berhenti.

4. Cara Meminum Air Waktu Pagi.

Air yang diminum ialah Air Masak Mati (air masak yang sejuk), diminum di kala pagi dalam kedudukan seperti orang mahu merangkak. Sebelum minum tarik nafas. Tahan nafas ketika meneguk (jangan dihembuskan ke dalam gelas). Tegakkan kepala ketika meneguknya, bukan menunggangkan gelas. Minum cara ini dikatakan dapat melegakan kerongkong serta berupaya membersihkan usus perut dari kekotoran dan dahak yang terkumpul semasa tidur. Ia dibersihkan sebagai penyediaan untuk hari yang baru.

Nota: Saidina ‘Ali mengajarkan bahawa sebaik-baiknya minum air hujan kerana ia mensucikan badan dan menyembuhkau segala penyakit. Pada waktu pagi minum air sambil berdiri dan waktu malam minum sambil duduk. Islam juga mengajarkan minum dengan meneguk dengan perlahan-lahan, paling sedikit 3 teguk. Mulai dengan Bismillah dan akhiri dengan Alhamdulillah. Rasulullah s.a.w. selalu meminum air bercampur madu di waktu awal pagi.

5. Cara Buang Air Kecil.

Buang air kecil di kala awal pagi mengakibatkan perubahan suhu yang mendadak pada pundi kencing lamas pada zakar. Cara yang dicatntkan ini dikatakan dapat mengelakkan angin pasang dan menolong memanaskan serta mengeraskan batang zakar. Caranya iaiali, cari buluh yang mana lubangnya lebih besar dan panjang dari saiz zakar ketika tegang Keringkan dan simpan buluh tersebut. Bila mahu buang air di kala pagi maka masukkan batang zakar ke dalamnya dan buang air di dalam buluh tersebut. Biarkan zakar berendam di dalam buluh sekadar 10 saat, barulah basuh zakar serta buluh tersebut sebersih-bersihnya. Dikatakan juga, jika tiada buluh maka memadai menadah air kencing itu dengan tangan kiri dan dan kemudian mandikan batang zakar dengan air itu dan basuh.

Ada juga petua bahawa semasa melepaskan air kencing itu, jangan dilepaskan sekaligus, lapi lepaskan sedikit dahulu, tahan dan kemudian baliani dilepaskan semuanya.

Nota: Amalan di atas tidak diajarkan oleh Islrun, hanya petua orang Melayu lama. Antara tertib yang diajarkan oleh Islam ialah, ketika masuk ke bilik air, dahulukan kaki kiri, mencangkung dengan meletakkan berat badan kepada kaki kiri. Setelah selesai buang air maka dilakukan Istabra iaitu memicit kepala zakar dan menariknya sedikit ke hadapan bagi membersihkan sisa-sisa air kencing jika masih ada. Kemudian sunat bagi membersihkan bahagian bawah tubuh dengan air sejuk bagi mengelakkan kencing batu. Bila keluar dari tandas maka mulai dengan kaki kanan.

6. Cara Buang Air Besar.

   Dikatakan bahawa cara ini patut diamalkan temtama pada ketika pagi. Buang air kecil dahulu hingga habis dan kemudian baharu buang air besar. Jangan ditahan diri dari buang air besar kerana ini akan memudaralkan badan. Bila hendak buang air besar maka kepilkan kedua belah tangan dicelali pelipat antara betis dan paha. Jongketkan kaki kanan, kaki kiri tetap seperti biasa. Dengan cara ini maka berat badan akan tertumpu ke sebelah kiri. Semasa meneran maka kacipkan gigi bawah ke gigi atas.

   Cara di atas mirip kepada apa yang diajarkan oleh Islam dan Ilmu Tabib Islam.

7. Cara Mandi.

   Ampu atau pegang buah zakar dari bawah ke atas, sebaiknya menekup hingga seluruh batang zakar agar tidak terkena air siraman pertama. Sirami dahulu dua kepala lutut dengan air kemudian barulah sirami kepala, lantas teruskan mandi dengan menekup zakar secara yang tersebut.

   Nota: Perkara di atas tidak diajarkan oleh Islam. Antara yang diajarkan oleh Islam ialah jangan mandi di tempat terbuka dalam keadaan aurat terbuka. Jangan mandi ketika perut kenyang atau lapar, jika lapar makan sedikit baharu mandi. Ketika mandi jangan minum air sejuk atau makan semangka. Hilangkan bau yang tidak sedap pada badan dan cukur bulu-bulu ketiak dan ari-ari agar air dapat menyerap mudah lantas membersihkan kawasan itu.

8. Sarapan Pertama.

   Diajarkan oleh orang Melayu lama supaya mengamalkan makan Kulit Kayu Manis (kira-kira seinci panjangnya) atau sebiji Cengkih sebelum sarapan pagi. Ini bagi mengeraskan zakar.

9. Cara Makan.

   Tenaga berkurangan dan tidak bertambah tetapi ada cara bagi membangkitkan semula tenaga dan melambatkan proses berkurangnya tenaga. Menurut orang Melayu lama, mula-mula makan sebuku kecil garam, ia dapat menghindarkan berbagai penyakit. Setiap kali mahu mula makan, kepalkan sebanyak 3 kepal nasi yang tidak berealnpur apa pun. Semasa mahu menyuap maka baca:

   Bagi suapan pertama: ‘Bismillah’

   Bagi suapan kedua: ‘Bismillahir rahmaan’

   Bagi suapan ketiga: ‘Bismillahir rahmanir rahiim’

   Untuk suapan ketiga itu, hembuskan atau tiup tiga kali hingga air ludah memercik sambil mengucapkan : Syifa’ (ertinya ubat) sebanyak 3 kali.

Ketika makan, kunyah makanan sehingga lumat dan jangan berulam air di antara suapan melainkan jika tercekik. Apabila selesai makan maka ambil dan makan sebiji kecil garam. Kemudiannya, tunggu hingga nasi turun ke perut barulah minum air.

Nota: Bacaan Bismillah bagi tiga suapan pertama itu adalah serupa sebagaimana yang diajarkan oleh Imam Al-Ghazali tetapi mengepal nasi dan kemudian menghembuskan sambil membaca Syifa' itu tidaklah ditemui dari punca Islam setakat tajuk ini ditulis. Di dalam Islam diajarkan bahawa bacaan Bismillah itu hendaklah dikuatkan. Makan dengan tangan kanan, kecilkan suapan dan baguskan kunyahan. Makanan yang panas jangan dihembus tetapi bersabar hingga mudah untuk memakannya. Jangan makan ketika perut sudah kenyang. Duduk di atas lantai adalah sunnah. Berusaha agar terdapat sayur dan cuka di meja makan. Makanan yang jatuh ke meja sunat di makan. Setelah makan, bersihkan gigi dan setelah itu berkumur tiga kali. Amalan memakan garam sebelum dan setelah makan memang disunatkan dalam Islam.

10. Cara Tidur Malam.

Semasa mahu tidur, duduk di atas kedua telapak kaki (seperti duduk antara dua sujud) dan dengan perlahan cuba rebahkan badan lurus ke belakang. Kemudian dari posisi itu, cuba bangun semula dengan perlahan tanpa pertolongan tangan. Kemudian baringlah. Sambil meletakkan kedua tangan hampir dengan mulut, baca Surah Al-Fatihah, Surah An-Nas, Surah Al-Falaq dan Surah Ikhlas kemudian sapu dengan tapak tangan itu anggota badan yang tercapai oleh tangan selain dari kemaluan hadapan serta belakang.

Ketika tidur, adalah lebih baik memakai kain sarung dan tidak memakai celana dalam (underwear). Ini adalah untuk membolehkan darah mengalir dengan lancar di sekitar zakar serta pinggang semasa tidur. Tidurlah dengan mengiring di atas lambung kanan kerana ia mempunyai faedah kesihatan.

Nota: Di dalam Islam, disunatkan wuduk sebelum tidur. Posisi tidur adalah mengadap kiblat dan baring mengiring di atas tubuh bahagian kanan (lambung kanan) serta meletakkan tangan kanan di bawah muka seolah-olah seperti bantal. Keadaan kaki adalah bebas. Ada kitab yang menyatakan bahawa tidur di atas lambung kiri adalah seperti kelakuan raja kerana mahu menghadamkan makanan yang telah dimakan, tidur di lambung kanan adalah sebagaimana perbuatan para nabi dan wali, tidur terlentang atau terlangkup adalah mirip kepada perbuatan syaitan dan elok dijauhi.

# Petua Adik Bangun Dulu

Menurut ilmu jimak Melayu, zakar lelaki yang cukup sihat akan mencapai 5 tahap iaitu ‘besar macam lengan’, ‘panjang macam belalai’, ‘keras macam teras kayu’, ‘panas macam berjemur’ dan ‘liat bagai dawai tembaga’. Bila semuanya ini dicapai maka insyaAllah zakar itu akan tahan lama bila berdayung dalam jimak.

Ada pula meletakkan tahan lama sebagai tahap ke 5 menggantikan ‘liat bagai dawai tembaga’ atas hujah bahawa zakar yang cukup keras adalah keras hingga ke umbinya dan tidak bisa dilentur seperti dawai.

Untuk mengetahui sama ada zakar anda berada di tahap terbaik, anda bolehlah gunakan Petua Adik Bangun Dulu. Menurut orang tua-tua, zakar yang sihat akan bangun dulu, dan kehebatan ketegangannya akan membangunkan ‘abangnya’ iaitu diri kita dari tidur. Mereka yang telah berpengalaman mengetahui bahawa di waktu pagilah zakar lelaki akan bangkit dengan saiz yang besar lagi amat keras. Ia bangun sendiri tanpa perlu sebarang rangsangan.

Kerasnya zakar yang bangkit pada waktu pagi ini menyebabkan anda menghadapi sedikit kesukaran untuk buang air kecil kerana ia mendongak ke atas. Maka buanglah air kecil dalam keadaan mencangkung bukan berdiri. Ada sebahagian lelaki yang telah berumahtangga gemar melakukan jimak di waktu pagi. Terpulanglah kepada selera dan kesempatan masing-masing.

Keadaan Adik Bangun Dulu ini bukan saja dialami oleh lelaki yang usianya masih muda. Bagi lelaki yang menjaga kesihatan tenaga batinnya, kualiti Adik Bangun Dulu ini berterusan hingga ke usia lanjut. Malah tahap ketegangan dan mendongaknya zakar itu boleh semakin meningkat, terutamanya jika menjadikan senaman tenaga batin sebagai amalan.

Kajian moden mendapati bahawa berdirinya zakar dengan ketegangan yang baik pada waktu pagi adalah merupakan tanda bahawa keghairahan seks lelaki tersebut masih baik. Ini terjadi kerana hormon seksual yang bernama testosteron masih dihasilkan oleh tubuh dengan kadar yang mencukupi.

Prof. Wimpie Pangkahila menyatakan bahawa ketegangan zakar di waktu pagi tanpa perlu sebarang rangsangan atau peningkatan nafsu berahi itu berpunca dari hormon testosteron yang dihasilkan pada waktu malam dan ia masih berbaki pada waktu pagi. Menurut beliau, jika hormon testosteron itu berkurangan, maka tahap keghairahan juga akan berkurang, kemampuan zakar untuk mengeras pun akan berkurang, dan kesihatan tubuh secara umumnya juga akan berkurangan. Kekurangan hormon ini digelar sebagai hipogonadis. Bila ini berlaku, satu demi satu penyakit bakal datang.

Oleh itu, untuk membolehkan anda memiliki tubuh yang sentiasa sihat, bermakna tenaga batin sentiasa berada di tahap optima, perlulah sentiasa menjaga kesihatan dengan cara:

1. Tidur secukupnya. Elakkan dari berjaga hingga larut malam, apatah lagi makan dan minum seenaknya selepas tengah malam. Tidur yang dianggap cukup ialah kira-kira 8 jam.
2. Makanlah makanan yang berkhasiat dan pastikan anda makan dengan cukup dan tidak berlebih-lebihan. Orang yang sihat tidak makan apa saja yang ada di depan matanya tapi memilih makanan yang baik untuk kesihatan.
3. Riadah yang cukup. Pada zaman dahulu kaum lelaki melakukan senaman tenaga batin, di masa kini sudah banyak jenis riadah yang boleh dilakukan, namun ia mungkin tidak sama berbanding kesan positif senaman tenaga batin.
4. Dirikan solat, berdoa dan banyakkan zikir serta selawat bagi santapan rohani dan ketenangan fikiran. Terutamanya ketika sujud, rukun-rukun fi’li dalam solat mempunyai berbagai rahsia dan kelebihan dari sudut penjagaan kesihatan rohani dan jasmani.
5. Amalkan hubungan seks yang normal. Hubungan seks yang normal hanya berlaku antara suami isteri yang bernikah secara sah di sisi agama. Sebenar-benar rahsia kesihatan suami dan isteri adalah terletak pada hubungan seks ini, yang berlaku lengkap dengan rasa kasih mesra dan cinta yang diredhaiNya.

Terdapat kaedah untuk mengetahui sama ada zakar anda berada di tahap kesihatan yang optima. Salah satu caranya ialah dengan menekan hujung zakar anda ke arah tubuh anda menggunakan tapak tangan anda ketika zakar itu masih tegang. Jika ia cukup keras, maka ia tidak akan bengkok atau terkedu.

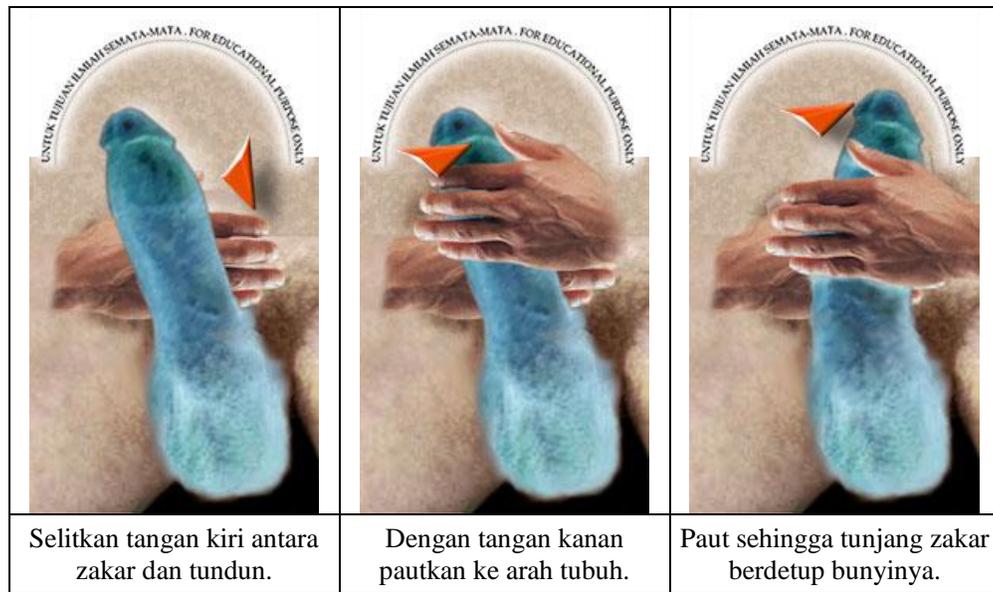
Satu cara lagi ialah dengan menggunakan Petua Terumbu Batin yang dicatat selepas ini.

# Petua Terumbu Batin

Tenaga batin merupakan suatu tenaga kehidupan yang telah menjadi bahan kajian ahli-ahli berbagai bidang ilmu sejak dari ribuan tahun yang lampau. Mereka yang dapat menguasai kaedah mengawal pengaliran tenaga batin ini dapat mengawal tubuh dan mindanya untuk menghadapi keadaan-keadaan yang ekstrem. Sebagai contoh, mereka boleh datang ke kutub utara dengan hanya memakai pakaian nipis sedangkan cuaca di sana amat sejuk.

Selitkan tangan kiri antara zakar dan tundun.

Dengan tangan kanan pautkan ke arah tubuh.

Paut sehingga tunjang zakar berdetup bunyinya.

Menurut pengetahuan India kuno, ada dua jenis tenaga batin yang mengalir dalam tubuh manusia. Pertama dinamakan Prana. Ia mengalir ke atas, bermula dari Cakra Muladhara (berada di kawasan kemaluan). Kedua ialah Apana, ia mengalir ke bawah dari Cakra (berada di kawasan ubun-ubun). Di kawasan Cakra Muladhara ini ibu tenaga batin yang bernama Kundalini berada. Kundalini inilah yang digelar Besi Khursani oleh orang Melayu. Dalam keadaan biasa ia tidur, dikatakan berbentuk seperti ular tedung yang mana badannya berlingkar tiga setengah lingkaran. Tenaga batin boleh mengalir lancar dengan praktik pernafasan dan juga senaman. Teknik pernafasan dipanggil Pranayama sementara senamannya yang lebih khusus dipanggil Yoga Kundalini.

Ini ada petua Terumbu Batin orang Melayu untuk membolehkan Besi Khursani mengalir dengan baik. Di tunjang zakar kita ada tiga titik tenaga batin yang membolehkan zakar menegang dengan garang sekali. Dilakukan ketika bangun pagi, iaitu ketika zakar mengeras saja. Baring terlentang, letakkan tangan kiri di atas tundun. Tangan ini akan jadi alas. Paut batang zakar ke arah tubuh, seolah-olah mengumpil, sambil menahan nafas dan mengemutkan otot-otot zakar. Jika dilakukan dengan betul dan jika zakar benar-benar keras, tunjang zakar akan terasa berdetup. Umpil sekali saja. Boleh dilakukan setiap pagi.

# Bab Tertib Jimak

Meliputi faedah mengetahui tertib jimak, kelebihan jimak cara Islam, komentar awal mengenai tertib jimak cara Islam, ringkasan tertib jimak cara Islam, tertib bersenda gurau, edaran nafsu perempuan, Tiga Lubuk Nafsu, doa-doa percintaan dan pertemuan, strategi dan ganjaran pahala untuk melakukan jimak, memilih ketika terbaik bagi melakukan jimak, tertib sebelum menghampiri, bagaimana melakukan Istimta’ Sifatun Naum, tertib memulakan jimak, mengenai Ilmu Nisa’, rahsia dan praktik Ilmu Insan, mengenai mandi wajib, cara bagi isteri membangkitkan syahwat suami, petua Cina melambatkan keluar mani, Senggama Petua Guru, teknik memasukkan zakar dan berdayung, Senggama Cumbuan Tangan, Senggama Paksi Bumi dan nasihat berkaitan dengan perlakuan jimak.

# Faedah Mengetahui Tertib Jimak

Tertib adalah suatu seni yang tersusun rapi. Bahasa moden memanggil itu sebagai prosidur tetapi orang-orang dahulu memanggilnya sebagai adab. Adab adalah antara ciri masyarakat bertamaddun. -

Dalam tertib telah sedia ada pengalaman orang terdahulu, telah ada pantang larang dan telah ada juga dimasukkan rahsia-rahsia yang tidak dapat dikesani oleh mata kasar. Jimak yang tertib itu beradab dan berseni serta mempunyai tujuan kebaikan iaitu dapat memuaskan kedua-dua pihak suami dan isteri. Sekiranya dari jimak itu menghasilkan anak, mudah-mudahan anak itu menjadi anak yang sihat dan berguna kepada masyarakat, taat pada agama dan hormat kepada ibubapa.

Dalam setiap perlakuan ada tertibnya. Insan yang lapar perlu mencari makan. Apabila mahu makan dia membasuh tangan kemudian dia akan menyuap makanan itu menggunakan tangan, mengunyahnya sedikit demi sedikit dan menelannya. Apabila sampai ketika dia akan berhenti makan. Itu adalah salah satu dari tertib makan yang banyak dan berbeza-beza. Ada juga bangsa yang tidak perlu membasuh tangan kerana mereka menggunakan sudu dan garpu. Tentang bila mahu berhenti makan juga adalah subjektif, Islam menyuruh berhenti makan sebelum kenyang tetapi ada juga bangsa yang makan hingga 10 peringkat hidangan untuk sekali makan. Tertib mana yang paling baik banyak bergantung pada pertimbangan akal. Namun adalah lebih berfaedah jika diketahui mengapa sesuatu tertib itu lebih baik dari yang lain.

Rasulullah s.a.w. menyarankan bahawa jika umatnya mahu melakukan jimak maka hendaklah dilakukan secara bersungguh-sungguh. Seks moden dilakukan secara sambil lewa, hanya sebagai pelampias nafsu yang mahukan hubungan seks itu pada mulanya. Itu tanda bahawa ia tidak dilakukan dengan bersungguh-sungguh kerana kepuasan hanya akan diperolehi oleh sebelah pihak, sedang pihak yang satu lagi mungkin akan teraniaya.

Secara keseluruhan, tertib jimak adalah untuk keharmonian sejagat. Cara yang betul serta berfaedah akan memuaskan naluri pelaku. Jimak itu adalah bahasa nostalgia cinta hidup berpasangan. Seharusnya ia tidak disampaikan secara kabur dalam suasana yang tidak teratur. Ia bukan saja jalan adat melahirkan zuriat, ia juga ciri cinta syahwat suami tehadap isteri dan isteri terhadap suami. Ia komunikasi dua hala. Satu fenomena cinta penuh dengan kemesraannya. Tidak adalah bahasa cinta kepada isteri yang lebih berkesan selain jimak. Ia jalan penyelesaian rempah ratus kemuraman rumahtangga. Maka jimak dapat berfungsi mengendurkan ketegangan perasaan akibat tekanan-tekanan dalam hidup.

Namun jimak yang dapat berfungsi sebagaimana itu adalah jimak yang dilakukan dengan tertib. Tanpa itu maka besar kemungkinannya jimak menimbulkan kesan yang lebih buruk. Di dalam Islam, tertib jimak itu penting bagi mendapat keredhaan Allah, mendapat banyak pahala.

# Kelebihan Jimak Cara Islam.

Beruntunglah orang-orang Islam kerana jimak yang dilakukan dengan tertib, sempurna dan lemah lembut itu mendapat pahala yang banyak. Islam memandang jimak sebagai satu ibadah dan dari itu adalah satu ilmu yang secara komparatif paling lengkap. Jimak secara Islam itu mengandungi:

a. Mengenai nafkah batiniah dan kesungguhan terhadapnya.
b. Pengucapan-pengucapan kegembiraan, tasbih dan zikir. Jimak disamping ingat kepada Allah.
c. Kucupan-kucupan cinta yang merangsang secara efektif ke Zon Berahi Isteri (Erogenous Zone).
d. Kajian waktu dan masa serta melakukan rangsangan ke organ yang sesuai kerana faktor peredaran nafsu.
e. Pengetahuan tentang hakikat fizikal dan spiritual wanita.
f. Adab bergaul sebelum, ketika dan selepas jimak.
g. Pengetahuan tentang pendidikan anak sejak dari tumpahnya mani ke rahim.
h. Persediaan sampingan untuk jimak dari segi amalan seharian.
i. Faktor redha, kesyukuran dan kesabaran.
j. Cara mengatasi nafsu berahi apabila isteri haid.
k. Hukum-hukum jimak.
l. Ketika dan cara jimak bagi kesihatan dan kecerdasan anak, serta kesihatan diri sendiri dan isteri.

Ilmu Jimak cara Islam berdasar kepada ajaran Al-Quran dan Sunnah Rasulullah, perbuatan para sahabat dan iktibar dari peristiwa yang berlaku di sekitar perkahwinan ulama besar Islam atau anak-anak mereka. Liputannya adalah amat luas serta terperinci, tiada terdaya untuk dicatatkan kesemuanya. Apa yang dapat dilakukan adalah hanya mencatatkan aspek-aspek terpenting dari jimak cara Islam secara ringkas dan padat. Sekiranya pembaca berhajat untuk mendalaminya maka disarankan bertanya kepada orang-orang alim dan membaca kitnb-kitab yang membincangkan hal jimak.

Di bahagian ini, penyusun mencatatkan intipati tertib jimak dari berbagai punca rujukan, disusun hasil membandingkan dan juga menggabungkan berbagai tertib dan praktik yang biasanya ditemui apabila merujuk tentang jimak secara Islam. Tujuannya ialah agar jimak secara Islam ini dapat digambarkan secara menyeluruh tetapi ringkas. Ini diharapkan dapat membantu pembaca untuk mengumpul pengetahuan- pengetahuan yang paling perlu.

Tertib jimak cara Islam ini disusun sedemikian rupa agar pembaca dapat melakukan jimak dengan pengetahuan yang lebih merangkumi serta halus dan lebih bermakna dan rangkuman ini diharapkan dapat memberi maklumat berkaitan dengan perbezaan antara jimak yang diajarkan di kalangan masyarakat Melayu dan jimak secara Islam. Di setengah-setengah bahagian juga dicatatkan perbandingan antara kaedah jimak Islam itu, dari segi kelebihannya apabila kita bandingkan dengan seksologi Barat supaya kelebihan itu disedari dan dihargai.

# Komentar Awal.

Tertib jimak dalam Islam yang dicatatkan di buku ini adalah hasil dari rujukan dari berbagai punca dan ia bermula daripada ajaran asas seorang guru. Namun didapati setiap buku yang dirujuk mempunyai pendekatan yang sedikit-sedikit berbeza mengenai tertib jimak serta adab sopannya. Walau begitu, secara mudahnya, jimak cara Islam itu terbahagi tiga bahagian iaitu istimta yang diikuti oleh doa mengusir syaitan kemudian jimak dan diakhiri dengan cumbuan selepas jimak. Apabila diteliti isi kandungan berbagai buku mutakhir mengenai hal jimak dalam Islam, ianya merujuk kepada Kitab ‘Ubab karangan Al-Fadhil Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya, yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Melayu dan diterbitkan oleh Darul Ma’arif dalam tulisan jawi lama dan masih dijual di pasaran.

Kaedah penyampaian kitab ‘Ubab itu agak sukar ditahami jika tiada belajar asasnya daripada guru. Ini kerana terdapat perkara yang sebenarnya berhubung dengan satu masalah tetapi dinyatakan di beberapa tempat yang berbeza. Maka dengan itu, penulis menyusun tertib jimak cara Islam ini menurut apa yang ditekankan oleh guru dan menyelitkan doa atau lakuan yang tiada disebutkan di dalam ‘Ubab tetapi disebutkan dalam kitab Ihya Ulumiddin oleh Imam Al-Ghazali, sedutan Tanbihul Anwar oleh Sheikh Kabir Al-Majlisi, pengumpulan dari berbagai kitab-kitab yang berisi doa, serta rujukan dari kitab-kitab lain dengan kerjasama rakan-rakan penyusun. Disusun semula berbagai pendekatan tersebut dan didahulukan yang mana lebih patut dimulakan, agar tertib itu lebih lengkap dan rapi. Ini diharap dapat memberikan gambaran yang agak menyeluruh mengenai tertib jimak Islam sebagaimana yang diajarkan oleh Rasulullah s.a.w. sendiri dan diamalkan oleh para ulama zaman dahulu.

Tertib yang dicatatkan adalah agak terperinci dan mungkin sukar untuk dipraktikkan pada malam pertama jimak. Namun jika dilakukan pada setiap kali jimak adalah lebih baik. Jika tiada mampu melakukan secara terperinci maka lebih baik dipraktik pada masa jimak yang diniatkan untuk melahirkan zuriat. Pada umumnya, jimak cara Islam itu tidak lari dari istimta dan senda gurau yang baik, serta dilakukan jimak itu dengan lemah lembut dan bertimbangrasa. Istimta' pun mempunyai berbagai jenis pendekatan yang boleh dipilih sesuai dengan keadaan. Setakat yang telah dikaji, jimak cara Islam itu lengkap zahir dan batinnya, menjauhkan diri dari gangguan yang tidak dikehendaki sama ada nyata atau ghaib, agar dapat jimak dengan tenang. Kebersihan amat dijaga bagi kesihatan tubuh dan juga hati.

Membersihkan diri, menghias diri dan berwangian adalah digalakkan dalam jimak Islam. Faktor ini nampaknya tidak begitu ditekankan oleh pendekatan yang lain. Jimak cara Islam lebih tinggi mertabatnya dan tidak hanya untuk keseronokan dan syahwat.

# Ringkasan Jimak Dalam Islam.

Tertib Sebelum Menghampiri Jimak.

Memilih ketika yang baik
Membersihkan diri dan berwangian
Solat sunat dua rakaat, solat Isyak berjemaah.
Selawat dan pujian ke atas Nabi s.a.w. dan keluarganya.
Berdoa suami isteri.
Menyebutkan harapan-harapan antara pasangan.
Membaca Surah Al-‘Asr.

Tertib Menghampiri Jimak

Menyesuaikan keadaan cahaya.bilik.
Doa membuka baju sendiri
Membaca Surah Al-Ikhlas.
Takbir dan Tahlil
Doa memohon zuriat yang baik.
Hadap kiblat
Beri Salam dan jawapan Salam.
Mendudukkan isteri, membaca kalimah redha.
Membuka baju isteri
Meraba, meramas payudara isteri sambil selawat 3 kali
Istimta’ Sifatun Naum
Membaringkan isteri, mengucup farajnya
Meletakkan kepala isteri di tangan suami, hisap lidahnya.

Tertib Memulakan Jimak.

Pegang puting susu, masukkan zakar sekadar hasyafah. Membaca doa pengusir syaitan. Mencari Makam Lazat dari Makam Yang Lima. Memasukkan zakar ke dasar tanpa mendayung. Menginzalkan isteri melalui kombinasi Ilmu Insan. Memeluk isteri bila dia inzal, ciumi hidungnya

Tetib Meneruskan Jimak.

Hisap lidahnya, pertemukan nafas sambil berdoa Berdayung untuk mencapai Nikmatul Ijad. Menyukakan hati isteri ketika berdayung, Nikmat keenam. Berlaku lembut dan timbangrasa, Nikmat Ketujuh. Pemuasan Makam Yang Lima. Doa bila hampir memancutkan mani

Tertib Ketika Keluar Mani dan Selepas Jimak

Doa ketika terpancar mani
Bercumbu, berterima kasih, menyapu saki baki mani
Menyapu air langit-langit ke zakar
Menyapu tangan dan muka isteri dengan air bersih
Mandi Junub bersama

# Tertib Bergurau Senda

Kitab ‘Ubab karangan Al-Fadhil Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya telah mencatatkan bahawa Islam menggalakkan umatnya untuk bersenda gurau ketika mahu berjimak mahupun selepasnya. Berikut dicatatkan beberapa pengajaran tentang senda gurau.

Apabila seorang lelaki hampir kepada isterinya hendaklah dia menyukakan isterinya dengan bersenda gurau kerana pahalanya besar dan banyak faedahnya. Menurut Jabir r.a. Rasulullah s.a.w. itu bersenda bergurau terlebih terlebih dahulu sebelum jimak. Menurut ahli tabib jika jimak tanpa bersenda gurau maka anak yang bakal dilahirkan itu perangainya jahat dan buta hatinya. Seperti sabda Nabi s.a.w. yang bererti bahawa tanda gelap hati lelaki ialah bahawa dia jimak tanpa bersenda gurau dan inilah kelakuan seperti orang tuli.

Digugurkan dosa mukmin dan isterinya dengan sebab dia bersenda gurau sebelum jimak dan akan dikurniakan rezeki yang halal. Rasulullah s.a.w. sendiri menghisap lidah isterinya ketika berjimak dan inilah kelakuan sempurna insan yang dapat menyukakan perempuan dan sunnah. Jimaklah dengan perlahan-lahan hingga terhasil maksudnya serta maksud isterinya. Rasulullah juga berpesan agar kita jangan berhenti jimak hingga inzal isteri.

Menurut Imam Ghazali di dalam Ihya Ulumiddin, jika seorang suami itu telah inzal dahulu maka janganlah dia berhenti hingga isterinya pula inzal kerana jika tidak dilakukan sedemikian maka kemungkinan isteri akan keras hati dan tiada mengasihi. Semasa suami itu berhenti kerana telah inzal sedangkan isterinya belum inzal, si isteri sedang asyik dan kemudian merasa malu untuk menyatakan kehendaknya agar diteruskan dayungan, sebagaimana sabda Rasulullah yang ertinya dilebihkan oleh Allah Ta'ala atas perempuan itu daripada lelaki sembilan puluh sembilan bahagian daripada kesedapan tetapi dianugerahkan oleh Allah Ta'ala bagi perempuan itu perasaan malu.

Apabila seseorang itu jimak maka janganlah dipandang kepada faraj isterinya jika isteri rasa malu, jangan berkata-kata terlalu banyak ketika jimak dan tetapkanlah kedudukan diri serta isteri.

Rasulullah s.a.w. menutup kepalanya ketika jimak dan menahan suaranya dan menutup tubuhnya dan tubuh isterinya.

Rasulullah s.a.w. juga berpesan agar kita tidak melebihkan diri sendiri ketika jimak tanpa memperdulikan isteri kerana itu ibarat sifat keldai dan hendaklah ada sesuatu antara suami dan isteri itu dan apabila baginda ditanya oleh sahabat apakah yang dimaksudkan itu maka baginda menjawab bahawa itulah ciuman dan senda gurau. Menurut Ja'afar bin Qais, jika kita mahu dikasihi oleh isteri maka hendaklah bersenda gurau dengannya sebelum jimak.

Demikian secara terperinci tertib bersenda gurau di dalam Islam yang digali dari perbuatan Rasulullah s.a.w. sendiri untuk panduan.

# Rahsia-Rahsia Istimta'

Sesungguhnya persetubuhan itu sebagai nikmat suatu perbuatan pujuk cumbu dan memadu kasih. Oleh kerana persetubuhan itu jatuh tingkatan yang kedua maka pujuk rayu, curahan hati, memupuk asmara dan menggiur itulah letaknya pada babak yang pertama.

- Kitab Nikmat Syurga Dunia

Istimta' sebelum jimak adalah ibarat melakukan regangan sebelum melakukan senaman tenaga batin. Ia mudah untuk dilupakan tapi sebenarnya ia penting untuk memperolehi kesan yang hebat. Cuma bezanya, Istimta' adalah jauh lebih menyeronokkan berbanding regangan.

Menurut sebuah kitab jimak lama tulisan Jawi diterbitkan sekitar 7 dekad silam berjudul Syurga Beristeri *'Jika isteri sendiri, tentu suami tidak akan belayar sampai terburu-buru, sebab masih banyak pekerjaan yang mesti disiapkan. Pekerjaan itu ialah pujuk-cumbu yang akhir dinamakan Istimta' yang maknanya bersenang-senangan sebelum dukhul'* *– Kitab Syurga Beristeri.*

Sebuah Istimta' yang bagus adalah satu cara bagi suami dan isteri bersatu hati sebelum bersatu tubuh. Selain itu ia juga adalah cara mengimbangi tenaga batin yang mengalir pada kedua pihak iaitu dengan cara 'menjerang air' atau mencepatkan sedikit proses untuk isteri inzal dan melambatkan sedikit proses suami inzal. Diharapkan semoga dengan Istimta' aliran tenaga batin ini akan bertemu di tengah-tengah, seiring dan seirama.

Bukan manusia saja yang melakukan Istimta' sebelum jimak. Kebanyakan haiwan akan menggigit, mencakar, menyondol, membau, menunggang, mengencing atau melakukan sentuhan mesra bersama pasangan mereka. Ada haiwan yang melakukannya selama beberapa minit, ada yang berjam-jam dan ada pula berhari-hari sebelum melakukan senggama.

Istimta' adalah ilmu yang penting untuk suami.

Pasangan suami isteri akan dapat menjayakan jimak dengan lebih baik dan memuaskan jika mereka melakukan Istimta' dengan perlahan-lahan dan lembut, dan sesungguhnya masa yang dikhaskan untuk berasmara, menyentuh, membelai dan mengucup adalah amat berbaloi.

*'Untuk melakukan Istimta' itu perlulah ketabahan hati yang sempurna dari kedua belah pihak. Ingat bahawa persetubuhan itu ialah satu hal yang akan menentukan sihat atau tidaknya, selamat atau celakanya dan kekal atau tidaknya perkahwinan antara suami isteri'* *– Kitab Syurga Beristeri.*

MENGAPA ISTIMTA' PENTING

Cumbu rayu sebelum jimak adalah amat penting kerana wanita perlukan masa yang lebih panjang untuk mencapai inzal. Itulah rahsianya. Menurut ilmu jimak kuno, sifat syahwat wanita adalah seperti air sejuk yang perlu dijerang untuk hangat dan mengambil masa untuk mendidih, dan setelah

mendidih ia mengambil masa pula untuk kembali sejuk. Berbeza dengan lelaki, sifat syahwat lelaki bagaikan api. Ia mudah marak menyala tapi mudah pula padam.

Ada juga pendapat yang menyatakan bahawa nafsu syahwat wanita tidaklah lambat bangkitnya malah serupa saja berbanding lelaki tapi wanita perlukan Istimta' yang lebih banyak kerana kaum wanita sukar untuk inzal mani hanya melalui jimak. Wanita perlukan masa yang panjang untuk sampai pada tahap bersedia untuk jimak tapi wanita boleh mencapai inzal setelah hanya beberapa minit dirangsang ketika Istimta'. Dalam ertikata lain wanita lebih mudah inzal di luar jimak. Di situlah pentingnya Istimta'.

Rahsia Istimta' yang berkesan ialah merangsang satu anggota isteri dengan anggota suami yang serupa.

*'Orang yang di sisi tuan itu mesti dipuji selalu. Bagi seorang perempuan, apatah lagi bila syahwatnya sedang naik memuncak, pujian yang diberikan kepadanya itu ialah yang menambah kekuatan batinnya dalam persetubuhan'– Kitab Syurga Beristeri.*

Bukan saja isteri yang perlukan Istimta', sebenarnya suami juga perlu dirangsang. Malah jika suami merangsang pun, proses itu juga membantu suami bagi membolehkan zakarnya mencapai 5 kualiti iaitu besar, panjang, keras, panas dan tahan lama. Dari kajian ramai lelaki mendapati bahawa Istimta' yang dilakukan dalam tempoh yang berlanjutan akan membantu mereka mencapai tahap inzal yang hebat.

> Tiap-tiap isteri memang terkunci nafsunya sama ada dengan orang lain mahupun dengan suaminya sendiri. Kecuali kalau sudah terbuka kunci itu terlebih dahulu kerana memandang perkara yang membangkitkan syahwatnya atau mendengar kata-kata yang menggiurkan.
>
> Oleh sebab itu, setiap lelaki mestilah tahu mengambil sikap membuka nafsu berahi isteri dan ambillah kesempatan Istimta'. Apabila sudah naik keberahian isteri barulah sempurna persetubuhan yang menghasilkan lazat dan nikmat semulajadi yang tidak ada tolok bandingnya.
>
> - Kitab Nikmat Syurga Dunia

*'Sekarang tuan mulailah meraba seluruh tubuhnya dengan cara selangkah demi selangkah. Mula-mula tuan pegang pipinya, susul sekali dengan ciuman yang berapi-api di tengkuk, antara alis mata, antara dua lubang hidung dan antara dua susunya. Sesudah itu pindahkanlah tangan kepada susunya. Dalam permainan susu ini maka haruslah diingat bahawa perempuan sangat menaruh geli apabila kepala susunya atau biji susunya dipermainkan. Permainkan dengan sepuasnya. Mula-mula peganglah dengan perlahan kemudian picit-picit, kemudian ramas-ramas dengan lembut, ansur pula keraskan sedikit. Hal ini hendaklah lakukan agak lama sedikit menurut ukuran darjah nafsu syahwat perempuan. Manakala kepala susunya dipermainkan, selalu dia mengelak dadanya daripada diramas, tetapi hanya dadanya yang dilarikan, sedang perutnya yang bererti kemaluannya, peti kulitnya itu, diunjukkan supaya*

*disetubuhi segera'– Kitab Syurga Beristeri.*

Lebih berumur seorang lelaki, maka lebih pentinglah Istimta' untuk perlaksanaan jimaknya. Ini kerana apabila umur lelaki meningkat dia perlukan lebih banyak rangsangan di kemaluannya.

Sebenarnya kepuasan itu lebih bersifat kerohanian, bukan badani.

Lelaki dianggap lemah dari segi Istimta' kerana ramai yang memandang ringan akan fasa ini. Ramai lelaki merasa malas melakukannya kerana menganggap ia remeh lagi membuang masa. Pada lelaki ini, kepuasan sebenar ialah pada dayungan jima'. Itu salah. Dia tidak tahu bahawa wanita sebenarnya inginkan kelembutan, dan itu hanya dapat diperolehinya dalam fasa Istimta'.

Isteri yang memuncak syahwatnya maka dia akan lupa daratan, lesu seakan-akan pengsan. Dalam masa persetubuhan itu berlaku harus pula membanyakkan raba-raba dan kucupan berahi di tempat-tempat yang menjadi sasaran keberahiannya untuk mempercepatkan terpancarnya air mani isteri.

Untuk mendatangkan penyerahan betul-betul, mestilah dinyalakan terlebih dahulu sebelum bersetubuh dengan gurau senda, pujuk rayu, dan raba-meraba serta peluk cium dan berhisap-hisapan lidah. Keberahian isteri timbul dari mendengar kata-kata pujuk rayu, sedangkan lelaki timbul berahinya dari pandangan mata.

- Kitab Nikmat Syurga Dunia

*'Walaupun sudah terjadi hal yang demikian itu, sebenar-benar syahwat perempuan adalah begitu tinggi dan keras, kerana itu lelaki masih perlu lagi meraba seluruh badannya. Ambillah tangannya dan peganglah tangannya serta ramas-ramas. Bawakan tangannya memegang kemaluan tuan, tetapi dengan singgung-singgung saja. Waktu senjata sulit tuan itu sedang hebat hendak memukul pantai, maka pindahkan tangan tuan kepada kemaluannya'– Kitab Syurga Beristeri.*

Ada lelaki menganggap bahawa membelai, memeluk dan bercumbu adalah kerja perempuan dan menganggap bahawa 'lelaki tulen' hanya suka pada jimak. Ini menyebabkan lelaki jenis ini meremehkan Istimta' dan itu adalah cara berfikir yang tidak betul.

Lelaki patut bersabar melakukan Istimta' dan jangan pula rasa terpaksa. Istimta' mungkin berlangsung 10 minit atau mungkin 2 jam. Ia bergantung pada suami dan isteri. Namun satu kajian mendapati bahawa purata wanita gemar jika Istimta' berlangsung selama 17 minit.

*'Rasalah tepi-tepi pintu faraj isteri itu. Ertinya sesudah beramasan tangan, tangan isteri pindah kepada menyinggung kemaluan suami dan tangan suami menyinggung pula faraj isteri. Hal ini tentu saja akan dilakukan dengan cara singgung yang paling halus, bukan main hentam-keromo saja.*

*Selepas itu barulah kesempurnaan syahwat itu dapat dijamin untuk melahirkan bahagia kesenangan dalam persetubuhan'*– *Kitab Syurga Beristeri.*

Jimak tanpa Istimta' adalah umpama perbuatan merogol.

Tanda-tanda bahawa Istimta' itu berkesan ialah putting payudara akan menjadi keras, pipi isteri akan jadi merah, pernafasannya akan jadi kuat, Daun Keladi akan lebih tegang, faraj akan jadi makin lembab dan isteri akan tersenyum lebar.

Dari berbagai catatan zaman silam dan dari sumber-sumber lisan, dapatlah disimpulkan di sini bahawa lelaki yang tidak sabar dalam melakukan Istimta' akan mengalami kesannya iaitu dia tidak tahan lama bila berjimak. Istilah yang biasa digunakan oleh orang Melayu untuk lelaki jenis ini ialah 'lelaki gelojoh'. Kerana mahu bersegera, maka semuanya akan jadi segera, termasuklah terpancutnya mani sebelum sepatutnya ia keluar. Kerana itu suami haruslah bersabar melaksanakan Istimta' dan melakukannya dengan cara yang lemah-lembut serta penuh timbangrasa.

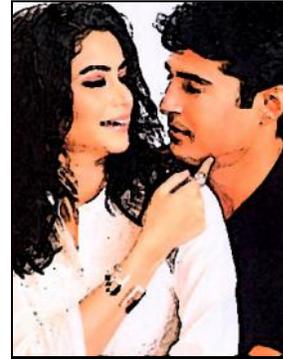
Ramai orang lelaki tahu bersetubuh saja tetapi tidak tahu menggiur. Menggiur itu adalah yang pertama. Manakala bersetubuh adalah bahagian kedua sebagai perlaksanaan nikmat yang dirasai dari pujuk rayu, gurau senda dan peluk cium itu.

Istimta' adalah manifestasi cinta. Cinta suami isteri bercampur dengan nafsu. Jika nafsunya kurang maka kuranglah cinta itu. Tapi kalau bernafsu saja dengan tidak ada cinta maka persetubuhan itu samalah seperti rogol atau memaksa bersetubuh. Ia menyakitkan pihak isteri dan mendatangkan akibat buruk bagi hubungan suami isteri itu di masa akan datang.

- Kitab Nikmat Syurga Dunia

Orang Melayu mempetuakan bahawa lembutnya rangsangan itu adalah 'antara kena dengan tidak'. Ianya tidak terlalu ringan hingga terasa geli dan tidak terlalu berat hingga terasa sakit. Rangsangan Istimta' adalah pertengahan antara dua itu, dan ia akan menggiurkan atau akan menghasilkan kenikmatan.

Apabila isteri sudah inzal ketika Istimta' dan sedia untuk dijimak, dia juga bersedia untuk menerima rangsangan yang lebih terasa atau lebih berat. Pun begitu, suami patut melakukan dayungan sambil terus membelai isteri di tempat-tempat yang sesuai berdasarkan kaedah-kaedah yang dipilih.

Dayungan jimak juga patut dilakukan dengan perlahan dan lembut, kerana fungsi utama dayungan adalah untuk menggiurkan dan itulah yang lebih kerap dilakukan. Sesekali saja tusukan kuat serta dalam akan dilakukan, dan pada ketika itu isteri telah bersedia kerana telah digiurkan. Apabila isteri hampir ke puncak inzal saja tusukan yang kuat dan dalam akan dilakukan secara bertubi-tubi, dan ini melengkapkan rempah-ratus rahsia jimak yang berseni lagi memahami tujuan dan cara. Tanpa Istimta' maka perlakuan jimak seolah-olah kehilangan makna.

# Rahsia Sembilan Lubuk Berapi

Antara rahsia besar dalam melakukan jimak yang dapat memuaskan isteri ialah merangsang satu persatu Lubuk Berapi hingga isteri inzal akibat rangsangan itu. Terdapat 9 Lubuk Berapi kesemuanya dan perlu diketahui bagi membolehkan suami memuaskan isteri terutamanya bila mahu melakukan jimak sebelum berpergian untuk beberapa lama.

Ilmu jimak Melayu punya pendekatan yang istimewa. Lubuk Berapi yang menunggu gilirannya dicari. Yang patut digilirkan akan 'angkat tangan' menandakan ia adalah tempat yang perlu dirangsang pada ketika itu. Tandanya ialah isteri seakan-akan terkejut apabila titik itu disentuh. Bila Lubuk Berapi ini ditemui maka rangsangan yang sesuai dan wajar akan dilakukan berterusan hinggalah isteri inzal kerananya. Kemudian penerokaan mencari Lubuk Berapi seterusnya dilakukan.

Di kawasan Nafsu Luar, ada 2 Lubuk Berapi yang boleh dirangsang hingga isteri inzal iaitu Biji Purana atau Biji Keladi dan Titik Bayang. Di kawasan Nafsu Dalam pula terdapat 6 Lubuk Berapi kesemuanya terdiri dari 2 Lubuk Berapi di Makam Atas (Titik Lazat Cita dan Titik Sanggul), Titik Bumi (Makam Bawah), Titik Bulan (Makam Kiri), Titik Matahari (Makam Kanan) dan Batu Meriyan (Makam Tengah). Kesemua Lubuk Berapi ini boleh dirangsang hingga isteri inzal menerusi dayungan ke Makam Yang Lima.

Terdapat 9 Lubuk Berapi yang berada di 3 Lubuk Nafsu. Ianya ialah:

1. Puting Payudara (Nafsu Badan)
2. Biji Purana atau Biji Keladi (Nafsu Luar)
3. Titik Bayang (Nafsu Luar)
4. Titik Lazat Cita (Makam Atas, Nafsu Dalam)
5. Titik Sanggul (Makam Atas, Nafsu Dalam)
6. Titik Matahari (Nafsu Dalam)
7. Titik Bulan (Nafsu Dalam)
8. Titik Bumi (Nafsu Dalam)
9. Batu Meriyan (Makam Tengah)

3 Lubuk Berapi yang teratas dirangsang semasa Istimta, bermakna isteri akan inzal sekurang-kurangnya 1 kali di salah satu Lubuk Berapi ini. Merangsang Puting Payudara bagi menerbitkan inzal bagi Nafsu Luar lebih berkesan dan mudah jika isteri itu adalah gadis yang baru dinikahi. Walau begitu Lubuk Berapi ini masih boleh menerbitkan inzal jika di waktu itu nafsu isteri pada Nafsu Badan. Tandanya ialah isteri seakan terkejut bila Puting Payudara disentuh.

Bagi Nafsu Luar pula, terdapat 2 Lubuk Berapi iaitu Biji Purana atau Biji Keladi dan Titik Bayang. Suami boleh menggunakan berbagai cara yang sesuai sama ada satu cara atau kombinasi cara untuk merangsang lubuk ini. Pada zaman dahulu orang Melayu menyarankan agar suami menggeselkan

Gigi Zakar dan Ekor Pari ke kawasan ini secara berulang-ulang, atau menggesel serta menekan Biji Zakar ke atasnya hingga isteri inzal. Merangsang menggunakan 'anggota yang serupa' merupakan petua kuno. Menurut disiplin kuno, suami haruslah merangsang isterinya menggunakan anggota yang serupa bagi menghasilkan kesan nikmat yang optima. Bagi Biji Purana atau Biji Keladi, 'jodoh' yang merangsangnya ialah Biji Zakar. Bagi Titik Bayang pula, Gigi Zakar dan Ekor Pari akan digunakan.

Walaupun begitu, pada masa sekarang ramai lelaki akan merangsang kawasan-kawasan ini menggunakan jari-jemari, bibir, gigi atau lidah mereka. Secara umumnya ia boleh juga dilakukan dengan syarat suami perlu berhati-hati jangan merangsang Biji Keladi secara langsung menggunakan anggota selain hujung zakar kerana Biji Keladi amat peka dan jika silap rangsang ia akan menimbulkan rasa kurang selesa dan terasa 'pedas'.

Titik Makam Kiri dan Titik Makam Kanan ialah Lubuk Berapi yang berada di Nafsu Dalam.

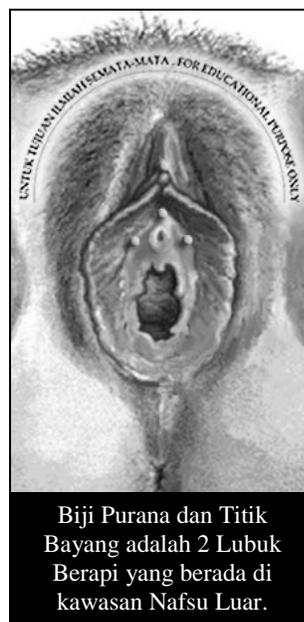
Biji Purana atau Biji Keladi adalah Lubuk Berapi yang paling dikenali. Ia berada di atas Daun Keladi, sebagai mahkotanya yang sedikit tersembunyi. Bahagian yang zahir ialah satu putik kecil seakan-akan kepala zakar dan sebahagian darinya ditutup oleh Kulup Keladi. Menurut pengetahuan moden, Biji Keladi ini adalah himpunan 8,000 urat saraf halus dan ia adalah merupakan Lubuk Berapi yang paling sensitif di tubuh seseorang wanita. Biji Keladi mempunyai fungsi seksual semata-mata. Ia akan menjadi besar, iaitu lebih panjang, bengkak dan lebih tegang serta lebih peka tatkala jimak. Walaupun ia jadi lebih besar, yang uniknya ialah Biji Keladi akan semakin menyorok di sebalik Kulup Keladi. Biji Keladi biasanya akan dirangsang dengan sentuhan semasa istimta. Ramai wanita yang sukar inzal menerusi dayungan jimak ke Nafsu Dalam akan lebih mudah inzal apabila Biji Keladi yang berada di Nafsu Luar ini dirangsang dengan cara-cara yang sesuai.

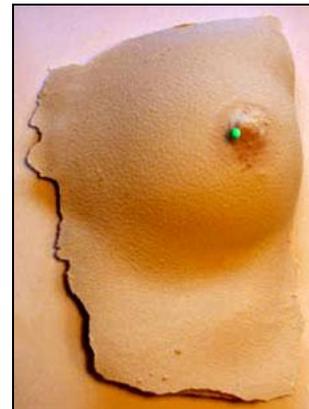
Biji Keladi sebenarnya adalah bahagian hujung dari ‘zakar perempuan’. Ianya adalah hujungan dari Batang Keladi yang juga digelar Urat Jarum. Maknanya Lubuk Berapi ini adalah lebih besar dari yang dapat dilihat secara zahir. Urat Jarum atau Batang Keladi ini berada di sebalik permukaan dan ianya bersambung ke bawah hingga mengelilingi Pintu Faraj. Semasa dayungan ke Nafsu Dalam dilakukan, Batang Keladi ini akan diurut secara pasti oleh gerakan sorong-tarik zakar. Kerana itu, semasa jimak walaupun Biji Keladi tidak dirangsang secara langsung, Batang Keladi akan sentiasa terangsang. Walaupun begitu Batang Keladi ini kurang peka pada rangsangan berbanding Biji Keladi. Ini memerlukan kepala zakar khususnya Biji Zakar, Gigi Zakar dan Ekor Pari merangsang Lubuk Berapi yang berada di Nafsu Dalam ketika dayungan berlangsung bagi membolehkan isteri inzal berulang kali.

Biji Purana dan Titik Bayang adalah 2 Lubuk Berapi yang berada di kawasan Nafsu Luar.

Titik Bayang adalah Lubuk Berapi yang berada di atas dan di kiri kanan Lubang Kecing isteri melainkan di kawasan bawah Lubang Kencing. Titik Bayang akan menjadi kembang dan semakin keras jika ianya dirangsang dengan cara yang sesuai. Jika Titik Bayang dirangsang dengan lembut dan perlahan menggunakan Biji Zakar, Gigi Zakar dan Ekor Pari atau menggunakan jari dan lidah, maka isteri akan mencapai tahap nikmat yang hebat dan boleh inzal.

Walaupun jarang berlaku, wanita boleh inzal hingga cecair maninya terpancut keluar melalui Lubang Kencing. Bila mengalami gempa inzal yang cukup bertenaga, sesetengah wanita akan memancutkan maninya keluar, banyaknya mani yang keluar ialah dari beberapa titik hinggalah ke beberapa camca besar. Kajian moden yang dilakukan ke atas cecair ini mendapati bahawa ia bersifat zat pahit (alkali) dan secara kimianya ia serupa dengan air mani lelaki. Saya catat di sini namanya sebagai air mani kerana ia keluar ketika kemuncak ghairah atau inzal sedangkan mazi keluar semasa ghairah. Mungkin ada yang keliru menganggap ia air kencing atau ‘isteri terkencing’. Ia bukan air kencing kerana unsur atau sifatnya berbeza.

Sehingga kini Barat masih tidak mengetahui apakah fungsi air mani isteri yang terpancut keluar itu. Masa keluarnya yang agak lewat itu menandakan ia bukan untuk melicinkan saluran faraj kerana fungsi itu telah dijayakan oleh mazi yang keluar dari dinding-dinding saluran faraj dan faraj akan segera diselaputi oleh lapisan mazi yang tipis sebaik saja keghairahan isteri bermula. Dalam Kitab Hukum Jimak cecair yang keluar semasa inzal itu disebut sebagai Nisa’u Ibtida’u Rahim yang sifatnya ‘seperti telur ayam dalam perut ibunya’ dan ia bermanfaat untuk kesihatan lelaki, iaitu awet muda.

Titik Lazat Cita sebagaimana yang dicatat dalam Kitab Hukum Jimak pula adalah Lubuk Berapi yang berada sekitar 2 hingga 3 inci di dinding Makam Atas saluran faraj isteri. Titik Lazat Cita juga digelar sebagai Titik Dewi. Bila wanita menjadi ghairah, tisu yang mengelilingi Saluran Kencingnya akan kembung. Tisu ini serupa dengan tisu yang berada pada Batang Zakar lelaki. Kawasan yang paling membengkak ialah Titik Lazat Cita dan ia dapat dirasa menonjol dalam saluran faraj. Untuk merangsang Titik Lazat Cita, posisi jimak perlu sesuai. Kepala Zakar perlu ditusukkan ke Makam Atas, dan Titik Lazat Cita boleh dirangsang jika isteri mengangkatkan kedua kakinya dan membengkokkan kedua kakinya itu hingga lututnya hampir dengan payudaranya.

Titik Sanggul pula adalah Titik Berapi yang berada di Makam Atas juga tetapi jauh di dalam saluran faraj. Lokasinya ialah antara Batu Meriyan dan Makam Atas. Jika dirasa dengan jari, Batu Meriyan itu keras dan menonjol di hujung saluran faraj. Tepinya sebelah atas yang dapat dirasa bila jari dibengkokkan ke atas adalah Titik Sanggul. Rangsangan langsung ke Titik Sanggul yang dilakukan melalui tusukan zakar ke Makam Atas akan menghasilkan gempa inzal yang kuat. Berbeza dari Biji Purana yang menjadi geli setelah rangsangan ke atasnya mencapai inzal, rangsangan ke Titik Sanggul tidak akan menyebabkan ia rasa geli, dan ia boleh dirangsang seterusnya.

Putting Payudara adalah Lubuk Berapi yang berada di kawasan Nafsu Badan.

Batu Meriyan adalah Titik Berapi yang agak popular di kalangan orang Melayu zaman dahulu. Ia adalah daging keras membulat yang menonjol di hujung saluran faraj dan adalah merupakan pangkal rahim. Padanya ada lubang yang terus ke rahim dan melalui lubang inilah benih suami akan berenang menuju benih isteri sebelum berlaku proses persenyawaan lantas menjadi janin. Ada beberapa catatan dari sumber Melayu yang menyatakan bahawa Batu Meriyan ini mampu mencengkam kepala zakar lelaki, maksudnya kepala zakar boleh masuk ke dalam lubangnya dan tercengkam dan ini didakwa amat menikmatkan lelaki. Namun keadaan ini dikatakan boleh berlaku jika isteri telah melahirkan anak. Ada juga catatan lain dari sumber Melayu yang menyatakan bahawa dari Batu Meriyan ini boleh keluar apa yang dikatakan Zakar Perempuan. Rasanya adalah seperti rambut yang halus, dan ia dikatakan akan masuk ke zakar lelaki. Ia akan keluar jika isteri mencapai tahap keghairahan yang cukup tinggi. Tidak ada catatan seperti itu ditemui dalam ilmu jimak bangsa lain mahupun dalam seksologi moden.

Tusukan yang dilakukan oleh Biji Zakar ke Batu Meriyan melalui Makam Tengah akan menyebabkan banyak mazi membasahi faraj walaupun jika wanita itu kurang responsif atau rendah nafsu jimaknya. Kerana itu disarankan agar Makam Tengah ini paling akhir dirangsang iaitu sebelum mencapai Inzal Agung iaitu inzal serentak suami isteri.

Dalam ilmu jimak Melayu, Lubuk Berapi perlu dirangsang secara bergilir-gilir satu demi satu bermula dari Nafsu Badan, kemudian Nafsu Luar dan akhir sekali Nafsu Dalam. Sekiranya pada satu hari itu suami sudah Istimta, isteri telah inzal di Nafsu Luar dan tibalah masanya untuk mula berdayung, lantas suami mencari Makam Lazat dengan menusuk ke makam-makam tapi mendapati isteri selamba dan tidak terkejut, maka suami akan kembali merangsang Nafsu Luar hingga isteri inzal di situ sekali lagi. Kemudian cari Makam Lazat sekali lagi. Jika berjumpa, teruskan dayungan ke Makam itu. Jika Makam Tengah yang memberi respon terkejut, suami boleh berdayung ke situ menggunakan teknik dayungan Selam Mutiara iaitu kaedah Anak Ayam Turun Sepuluh. Ini membantu agar isteri cepat inzal dan suami lebih tahan bila berdayung.

Mungkin timbul keadaan bila mana isteri selamba dan tidak menunjukkan respon yang diharapkan. Dalam keadaan ini, dipetuakan agar suami merangsang 3 Lubuk Nafsu sekaligus, iaitu berdayung sambil jari-jari merangsang Biji Keladi dan Titik Bayang, dan bibir mulut pula merangsang Putting Payudara. InsyaAllah isteri akan inzal dalam masa yang singkat.

Dari siri soalselidik yang dilakukan di Barat, 2 dari 3 wanita mendakwa gagal untuk mencapai inzal hasil dari dayungan jimak. Ramai dari mereka ini mendapati bahawa hanya rangsangan ke Biji Keladi boleh menjamin mereka mencapai inzal. Ini bermakna bahawa ramai lelaki yang tidak tahu kewujudan Makam Yang Lima dan Lubuk Berapi di dalam faraj. Mereka melakukan jimak dalam posisi yang serupa tanpa menyusun sebarang strategi bagi mempercepatkan inzal isteri. Kajian yang telah dilakukan di Barat mendapati bahawa tiga suku wanita yang mengalami jimak dalam posisi berbeza-beza dan mendapat rangsangan di Lubuk Berapi akan mencapai inzal dari jimak itu.

Bezanya, di alam Melayu ini para suami berpeluang untuk mendalami kaedah bagi merangsang isteri dengan berkesan hingga dia boleh inzal sebelum jimak dan apabila jimak akan inzal banyak kali, sebanyak yang dia mahu. Dan pendekatan ini dijayakan dengan mendalami dan mempraktikkan kaedah merangsang Tiga Lubuk Nafsu dan dayungan ke Makam Yang Lima dengan tumpuan kepada Lubuk-Lubuk Berapi.

Kaedah merangsang Lubuk Berahi sesuai diamalkan oleh semua lelaki bersama isterinya sebagai usaha melaksanakan nafkah batin yang memuaskan. Kaedah ini amat berguna bagi para suami yang tidak begitu tahan bila berjimak, atau mengalami pancutan mani pra-matang, atau bila punya isteri yang sukar dipuaskan dengan dayungan jimak dan posisi jimak biasa.

# Edaran Nafsu (Mani) Perempuan.

Segala kejadian yang hidup beredar mengikut peredaran masa. Walau pada zahirnya ia kelihatan statik, sebagaimana halnya dengan bintang-bintang di angkasa. Nafsu perempuan itu (mani perempuan menurut Kitab ‘Ubab) beredar pada setiap hari disekitar bahagian-bahagian badannya, sebagaimana juga dia mengalami pusingan haid. Seorang suami patut mengetahui mengenai tempat-tempat yang patut dirangsang pada badan isteri di haribulan tertentu bagi menolong isteri cepat mencapai inzalnya.

Satu hal yang sepatutnya diperhatikan ialah bahawa kalendar Islam adalah berasaskan peredaran bulan, tidak sebagaimana kalendar Masehi yang berasaskan peredaran matahari. Peredaran bulan mempunyai kesan kepada bumi dan isinya, secara saintifiknya telah terbukti bahawa peredaran bulan penyebab kepada fenomena pasang surut yang berlaku dibumi. Di dalam Islam, nafsu perempuan mempunyai fenomena yang serupa. Rangsangan yang fokus ke tempat yang betul akan memberikan kesan keghairahan kepada isteri. Berikut adalah jadual kaedah perangsangan:

| Hb. Hijrah | Tempat Rangsangan | Cara Merangsang |
|---|---|---|
| 1 | telapak kaki yang kanan | garu dengan perlahan |
| 2 | betis sebelah kanan | gosok agak kuat |
| 3 | lutut yang kanan | gosok dengan agak kuat |
| 4 | pehanya yang kanan | sentuh dengan peha suami |
| 5 | pada ari dan bibir faraj | garu kuat pada tepi bibir faraj |
| 6 | ketiaknya | garu dengan perlahan |
| 7 | bahagian dada | dakap perlahan-lahan |
| 8 | payudara kanan | ramas agak kuat |
| 9 | bibir mulut | cium dengan agak kuat |
| 10 | lehernya | temukan leher, usap, cium |
| 11 | matanya | cium pada matanya |
| 12 | keningnya | cium dengan perlahan |
| 13 | dahinya | cium dahinya |
| 14 | ubun-ubunnya | gosok dengan agak kuat |
| 15 | seluruh tubuh badan | dakap, usap dan cium |

Peredaran berulang kembali dari kaki isteri dan seterusnya sebagaimana disenaraikan di atas selepas dari 15 haribulan.

Pada zaman moden, haribulan Hijrah kurang dipentingkan walaupun bagi negara yang mana agama rasminya adalah Islam. Dari segi Ilmu Jimak secara spesifiknya, perkara ini akan menyebabkan seorang Muslim itu berjimak pada tarikh-tarikh yang makruh dilakukan jimak kerana sebab-sebab yang tertentu. Sebahagian dari tarikh memang tidak sesuai untuk jimak dan sepatutnya diketahui. Pesanan Nabi s.a.w. kepada Saidina 'Ali menghuraikan sebab-sebabnya.

# Rahsia Cenderakala Kuno

Ini adalah petua merangsang Lubuk Nafsu isteri yang berubah kedudukannya berdasarkan haribulan Hijrah. Menurut petua ini Lubuk Nafsu berada di bahagian kanan tubuh isteri bermula dari anak bulan hinggalah bulan mengambang penuh, dan selepas itu Lubuk Nafsu berada di bahagian kiri tubuh isteri bermula dari bulan mengambang penuh hinggalah ke penghujung bulan. Perubahan tarikh berlaku di kala senja (maghrib). Kerana itu ada petua menyatakan bahawa pada ketika bulan mengambang penuh maka rangsangan dilakukan ke seluruh tubuh isteri, maksudnya bahagian kiri dan kanan.

| Hb. | Tempat Rangsangan | Cara Merangsang |
|---|---|---|
| 1 | Ibu jari kaki semua | Garu dengan perlahan |
| 2 | Kaki semua | Tekan dengan jari kaki, tekan dengan jari tangan |
| 3 | Betis dan peha semua | Gesel dengan betis dan peha, masukkan tangan di celahnya |
| 4 | Lutut semua | Gesel dengan lutut, masukkan tangan di celahnya |
| 5 | Faraj | Gesel dengan zakar |
| 6 | Punggung semua | Pegang, picit dan tumbuk dengan genggaman tangan |
| 7 | Pusat | Tepuk lembut gunakan tangan yang terbuka |
| 8 | Kawasan dada semua | Tepuk lembut menggunakan belakang penumbuk |
| 9 | Payudara semua | Pegang dalam tangan dan ramas lembut |
| 10 | Tepi badan semua | Cakar dengan lembut |
| 11 | Kerongkong | Cakar lembut |
| 12 | Pipi kanan | Cium, gigit dan kemam lembut |
| 13 | Bibir bawah | Cium, gigit dan kemam lembut |
| 14 | Mata kanan | Cium dan belai |
| 15 | Kepala dan rambut | Pegang rambut dan belai kepala dengan hujung jari |
| 16 | Mata kiri | Cium dan belai |
| 17 | Bibir atas | Cium, gigit dan belai lembut |
| 18 | Pipi kiri | Cium, gigit dan belai lembut |
| 19 | Kerongkong | Cakar lembut |

| | | |
|---|---|---|
| 20 | Payudara semua | Pegang dalam tangan dan ramas lembut |
| 21 | Kawasan dada semua | Tepuk lembut gunakan belakang penumbuk |
| 22 | Pusat | Tepuk lembut gunakan tangan yang terbuka |
| 23 | Punggung semua | Pegang, picit dan tumbuk dengan genggaman tangan |
| 24 | Faraj | Gesel dengan zakar |
| 25 | Lutut semua | Gesel dengan lutut, masukkan tangan di celahnya |
| 26 | Betis dan peha semua | Gesel dengan betis dan peha, masukkan tangan di celahnya |
| 27 | Kaki semua | Tekan dengan jari kaki, tekan dengan jari tangan |
| 28 | Ibu jari kaki semua | Garu dengan perlahan |

Cenderakala adalah teknik istimta. Dengan melaksanakan Cenderakala maka suami dan isteri akan dapat menikmati keselesaan dan keseronokan yang tinggi. Sebaliknya menurut disiplin ini jika Cenderakala tidak dilaksanakan maka kedua pasangan tidak akan puas sepenuhnya. Jika rangsangan dilakukan secara semberono atau rambang maka kedua pasangan akan cenderung untuk melakukan maksiat dan zina, perkelahian, pembunuhan dan lain-lain dosa besar dan ia boleh dielakkan dengan mengetahui dan mempraktikkan Cenderakala.

Suami patut meneruskan rangsangannya di Lubuk Nafsu yang berkenaan hingga dia dapat melihat bulu roma isteri meremang dan mendengar isteri bersiut iaitu ibarat bunyi yang dikeluarkan oleh mulut ketika merasa pedas. Bila tanda itu sudah berlaku maka isteri sudah dipuaskan dengan Cenderakala dan istimta seterusnya boleh diteruskan, disusuli dengan jimak.

# Tiga Lubuk Nafsu

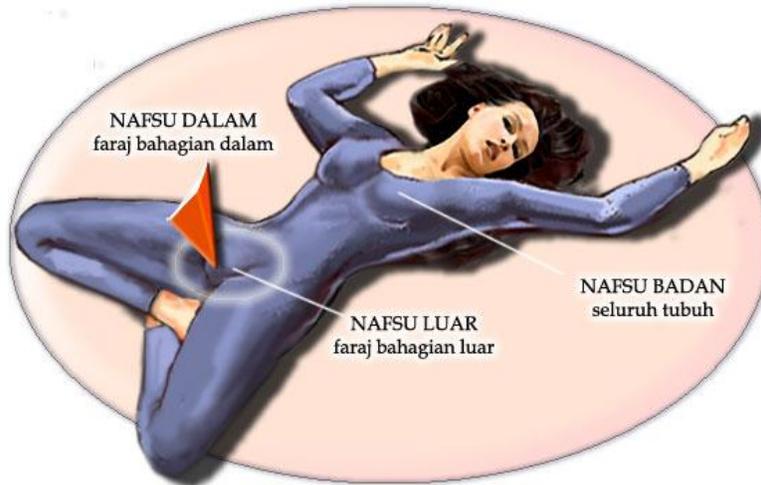
Ilmu jimak adalah suatu seni di Timur. Hasil dari pengetahuan ini masalah isteri tidak mencapai inzal tidak timbul di Timur melainkan jika terjadi sesuatu penyakit atau masalah yang gawat. Ini kerana di Timur terdapat cara bagi menolong isteri mencapai inzal dalam jimak itu, paling kurangnya sekali inzal untuk sekali jimak.

Tiga Lubuk Nafsu adalah zon ghairah pada isteri yang terbahagi kepada tiga bahagian di tubuhnya. Tiga bahagian ini masing- masingnya jika dirangsang dengan betul akan menerbitkan inzal. Di Timur diketahui bahawa inzal boleh berlaku tanpa perlu jimak, yang perlu hanya kaedah merangsang, dari mana harus dimulakan dan apa-apakah cara mengenalnya. Pengetahuan tentang Tiga Lubuk Nafsu biasanya dipanggil Ilmu Insan.

Ada beberapa konsep mengenai Tiga Lubuk Nafsu ini, dicatatkan seperti berikut:

1. Nafsu isteri itu tidak serupa dari hari ke hari. Satu tempat ghairah hari ini mungkin tidak begitu responsif pada hari yang lain. Maka lubuk itu haruslah dicari setiap kali jimak.
2. Terdapat tiga lubuk yang biasa dirangsang iaitu Nafsu Dalam, Nafsu Luar dan Nafsu Badan. Nafsu Dalam terbahagi pula kepada Lima Makam. Rangsangan pada salah satu lubuk atau makam ini boleh menerbitkan inzal kepada isteri.
3. Cara merangsang menerusi Ilmu Insan akan bermula dengan senda gurau kemudian merangsang Nafsu Badan menerusi Istimta’ Sifatun Naum kemudian ke Nafsu Luar menerusi ciuman dan penemuan kalam ke purana kemudian fokus ke Nafsu Dalam untuk mencari Makam Lazat menerusi ilmu Makam Yang Lima.
4. Semasa mencari Makam Lazat itu, jika isteri menunjukkan rasa terkejut bila suami menusukkan zakarnya ke salah satu makam, suami harus menerbitkan inzal isteri menerusi jimak iaitu merangsang Nafsu Dalam. Jika tiada tindakbalas positif, perlu dirangsang Nafsu Luar iaitu disekitar purana isteri hingga dia inzal. Jika di situ tiada tindakbalas positif maka perlu diterbitkan inzal menerusi Nafsu Badan iaitu rangsangan pada payudara isteri.
5. Sekiranya ketiga-tiga lubuk yang dirangsang itu tidak dapat memberikan inzal maka dilakukan kombinasi Ilmu Insan iaitu dengan cara merangsang semua lubuk sambil berjimak hingga isteri inzal.

# Inzal Tiga Peringkat

Bagi pasangan yang baru mendirikan rumahtangga, perlulah difahami bahawa bagi gadis yang normal nafsu syahwatnya  mempunyai kepekaan syahwat yang tinggi terhadap rangsangan yang dilakukan ke atasnya oleh suami di malam pertama. Petua yang perlu dilakukan agar malam pertama atau malam-malam berbulan madu dapat dinikmati secara optima ialah merangsang isteri menggunakan kaedah Inzal Tiga Peringkat.

1. Peringkat pertama istimta' yang memuaskan isteri perlu dimulakan dari peringkat Nafsu Badan. Ini meliputi pujuk-rayu, bisikan cinta, sentuhan, usapan dan belaian, tiupan, kucupan, ciuman, cumbuan, cakaran, jilatan dan lainnya ke seluruh tubuh isteri melainkan bahagian luar dan dalam faraj. Di bahagian Nafsu Badan ini ada satu tempat yang biasanya mampu menerbitkan inzal isteri walaupun sebelum jimak bermula iaitu rangsangan ke payudaranya. Lakukan dengan perlahan-lahan dan lembut hingga isteri inzal.
2. Peringkat kedua istimta' ialah mengalihkan rangsangan ke bahagian luar faraj isteri. Rangsangan dilakukan ke Bibir Luar Faraj (Labia Majora) kemudian Bibir Dalam (Labia Minora) atau Purana. Elakkan dari menyentuh Biji Purana. Boleh diteruskan di permukaan Lubang Faraj. Ransangan boleh dilakukan menggunakan hasyafah zakar, jari-jemari ataupun lidah. Lakukan perlahan-lahan hingga isteri inzal di peringkat ini.
3. Peringkat jima'iaitu memasukkan zakar ke dalam faraj dan berdayung sambil merangsang Nafsu Badan dan Nafsu Luar. Lakukan hingga isteri inzal berkali-kali.

Jika isteri tidak inzal di Nafsu Badan tidak mengapa. Beralih untuk rangsang Nafsu Luar. Jika dia tidak inzal juga, beralih ke Nafsu Dalam. Nafsu Dalam boleh dirangsang dengan jari-jemari sebelum jimak dan dayungan bermula. Jika masih tidak inzal, rangsang 3 Lubuk Nafsu ini secara sekaligus. InsyaAllah, isteri akan inzal sebelum jimak bermula.

# Doa-Doa Percintaan dan Pertemuan.

Di dalam Islam terdapat doa-doa yang elok dibaca sejak dari alam percintaan lagi. Amalan-amalan ini bertujuan agar Allah s.w.t. memberi rahmat dan hidayah dalam perlakuan dan tindak tanduk agar segala rancangan berjalan dengan sempurna dan berkesudahan dengan baik. Antara doa-doa itu adalah sebagaimana berikut:

Ayat Pengasih Di Alam Percintaan.

Untuk yang baru dalam percintaan, setiap kali bertemu kekasih, baca ayat berikut. Tujuannya ialah untuk menambah rasa kecintaan kekasihnya terhadap dirinya:

(Ingatlah peristiwa) ketika Nabi Yusuf berkata kepada bapanya: "Wahai ayahku! Sesungguhnya aku mimpi melihat sebelas bintang dan matahari serta bulan; aku melihat mereka tunduk memberi hormat kepadaku". (Surah Yusuf 12:4) Dan Aku telah tanamkan dari kemurahanKu perasaan kasih sayang orang terhadapmu dan supaya engkau dibela dan dipelihara dengan pengawasanKu. (Surah Taha 20:39).

Nota: Ayat Pengasih diatas, diamalkan juga untuk menyerikan muka. Harap jangan sentuh wanita bukan muhrim bila amalkan ayat di atas.

Ayat Hendak Pergi Meminang.

Bacalah ayat ini tatkala mula melangkah dari rumah sebanyak 7 kali kemudian baharu melangkah. Insya-Allah akan berhasil maksud:

Dan ketika mereka masuk menurut arah yang diperintahkan oleh bapa mereka, tidaklah perintahnya itu dapat menyelamatkan mereka dari apa yang telah ditakdirkan oleh Allah sedikitpun tetapi yang demikian itu hanyalah melahirkan hajat yang terpendam dalam hati Nabi Yaakub. (Surah Yusuf 12:68)

Amalan Khas Kepada Wanita Yang Akan Dikahwini.

Bertujuan agar wanita betul-betul jatuh cinta. Cara amalan ialah: Puasa sunat kerana Allah pada hari Khamis. Pada tengah malamnya, kira-kira jam 3 pagi, bangun sembahyang Hajat sebanyak 2 rakaat. Di raka'at pertama baca Surah Alam Nasyrah, diraka'at kedua bacalali Surah Al Kautsar. Setelah salam, baca ayat dibawah ini sebanyak 3 kali. Setiap satu kali diiringi dengan doa yang ditulis di mukasurat berikutnya:

Kemudian jika mereka berpaling ingkar maka katakanlah (wahai Muhammad): Cukuplah bagiku Allah (yang menolong dan memeliharaku), tiada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia; kepadaNya aku berserah diri dan Dialah yang mempunyai Arasy yang besar. (At-Taubah 9:129)

Doa yang mengiringi bacaan sebelum ini adalah seperti berikut:

" Ya Allah, Ya Tuhanku. Engkaulah yang meneukupkan aku kepada (nama bakal isteri bind bapanya), cenderungkanlali hatinya kepadaku dan paksalah untukku hatinya dan kasihanilah ia untukku dan cintakanlah aku kepadanya hingga ia datang kepadaku dengan sopan lagi kasih sayang tanpa menunda- nunda. Dan sibukkanlah ia dengan mencintaiku, sesungguhnya Engkau terhadap setiap sesuatu sangat berkuasa".

Bacalali Di Sepanjang Perjalanan Untuk Nikah.

Bagi lelaki yang sedang dalam perjalanan untuk bernikah maka elok jika dibaca Surah Al Falaq sebanyak-banyaknya di sepanjang perjalanan itu. Amalan ini bertujuan untuk memohon kepada Allah s.w.t. agar majlis pernikahan berlangsung dengan lancar dan bebas dari gangguan kejahatan manusia.

Doa Bila Pengantin Lelaki Pertama-tama Bertemu Dengan Isterinya.

"Ya Allah, sesungguhnya aku bermohon kepada Engkau kebaikannya isteriku dan kebaikan apa yang Engkau jadikan atasnya dan aku mohon perlindungan kepada Engkau dari kejelekannya dan kejelekkan apa yang Engkau jadikan atasnya".

- Hadis Riwayat Abu Daud

Dari Hadith riwayat Abu Daud, Ibnu Majali dan Ibnu Sina.

"Semoga Allah memberkati masing-masing dari kita terhadap yang satunya".

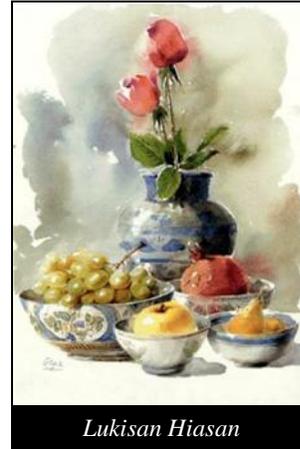
# Strategi Dan Ganjaran.

Terdapat beberapa strategi dalam jimak cara Islam dan bagi setiap perlakuan yang elok, akan mendapat ganjaran pahala. Strategi tersebut ialah sebagimana berikut:

## Strategi Masa.

Disunatkan untuk jimak empat malam sekali bagi menjaga kesihatan terutamanya bagi yang telah berumur. Jimak empat malam sekali sekurang-kurangnya bagi yang muda. Jimak empat bulan sekali paling kurang jika berada di kejauhan atau mempunyai masalah kesihatan. Disunatkan melakukan jimak ketika suami mahu

*Lukisan Hiasan*

jimak dan ketika isteri juga mahu dijimak. Disunatkan untuk memulakan jimak ketika sudah nyata berahi isteri tanda bersedia berjimak. Menurut Sheikh Kabir Al-Majisi, jimak itu dianjurkan selama malam Isnin, malam Selasa, malam Khamis, hari Khamis dan malam Jumaat. Ramai ulama lain berpendapat bahawa adalah sunat untuk melakukan jimak pada malam Isnin, Khamis dan Jumaat serta siang Jumaat kerana mengikut sunnah. Elok juga diselami hajat isteri iaitu ketika dia berhajat jimak, ramai isteri adalah amat berhajat agar dirinya dijimak tetapi merasa malu atau tidak berani memberitahu suaminya dengan terus terang dan lantas dia memendam perasaan keinginan itu hingga menjelang pagi. Adalah sunat untuk jimak pada ketika cuaca tidak terlalu panas atau terlalu sejuk, perut tidak terlalu kenyang atau terlalu lapar dan tidak ada masa-masa yang dihukumkan makruh untuk jimak.

## Strategi Tempat.

Digalakkan bagi suami dan isteri tidur di atas satu katil ataupun hamparan di dalam satu selimut. Disunatkan jimak di tempat yang sunyi dari gangguan dan pandangan orang dalam keadaan cahaya yang tidak terlalu terang dan tidak terlalu gelap. Digalakkan agar suami berada di atas isteri, menusuk zakar supaya betul-betul menggesel purana isteri supaya mendapat kesan paling baik. Sunat disediakan kain yang bersih bagi menyapu saki baki mani selepas jimak berhampiran dengan tempat jimak, digalakkan menyediakan kain yang berasingan kerana mengambil iktibar pesanan Rasulullah. Sunat juga menyediakan satu bekas berisi air berhampiran tempat jimak dan air ini akan digunakan untuk menyapu muka dan tangan isteri selepas jimak agar dia merasa segar kembali.

## Strategi Belaian.

Disunatkan suami bergurau senda dan bermain-main dengan isteri dengan cara yang disukai oleh isteri. Pujuk rayu dan kata-kata disunatkan sebelum jimak tetapi makruh ketika sedang jimak. Digalakkan agar bertanya kepada isteri apa jenis cumbuan yang disukai isteri dan apa jenis jimak yang disukainya. Adalah disunatkan bagi menghisap payudara isteri. Digalakkan untuk mengusap tengkuknya, menyentuh perut, peha dan betis di bahagian dalam kerana semua itu adalah tempat yang memudahkan berahi. Belai tubuhnya bahagian kiri kerana ini lebih mudah memberahikannya dan kedudukan suami yang mengadap isteri

secara berhadapan serta membelai tangan menggunakan tangan kanan lebih mudah menyentuh bahagian kiri isteri. Ciuman-ciuman istimta itu pula sunat dimulakan dengan bahagian tubuh isteri yang kanan. Ketika istimta, cari tempat di mana isteri cepat berahi dan tempat itulah yang sunat dirangsang semasa istimta dan jimak. Cuba tiup dengan perlahan ke telinga isteri dengan perlahan-lahan kerana di situ terdapat urat yang terus berhubung dengan kemaluannya. Telah bersabda Nabi, bila seorang suami itu melihat isterinya dengan penuh kasih sayang maka Allah s.w.t. akan memandang suami itu dengan pandangan rahmat dan Allah redha kepadanya. Apabila dia menjimak isterinya dengan rasa kasih sayang nescaya gugurlah dosa-dosanya laksana berjatuhan dari celah-celah jarinya.

## Strategi Kesopanan

Disunatkan bagi suami isteri itu berjimak dengan berselimut, jangan bertelanjang bulat. Disunatkan bagi suami untuk tidak melihat faraj isteri ketika jimak, begitulah juga bagi isteri, sebagai ikhtibar dari riwayat Saidatina Aisyah.

*Lukisan Hiasan*

Disunatkan untuk suami memberi salam kepada isteri sebelum melakukan istimta dan jimak. Adalah sunat untuk memegang payudara isteri dengan tangan kanan dan memasukkan zakar dengan tangan kanan juga. Disunatkan berjimak dengan lembut dan sopan, semasa hendak jimak maka peluklah dan cumbulah isteri. Jangan cepat menarik keluar batang zakar setelah inzal.

Digalakkan untuk suami menyatakan sayang setelah jimak dengan isteri. Sekiranya suami yang meminta atau berhajat untuk berjimak maka berterima kasihlah kepada isteri setelah selesai jimak, ini menjadi contoh pula kepada isteri untuk berterima kasih atas nafkah batin yang diberikan. Antara adab yang baik ialah suami meminta izin kepada isteri apabila hendak menarik keluar zakar dari faraj setelah selesai jimak. Adalah elok bagi suami dan isteri baring sejenak dan bercumbu setelah selesai jimak.

Adalah elok bagi suami untuk tidak membelakangi isteri bila tidur setelah selesai jimak, elok bagi keduanya meminta izin ketika mahu berpaling membelakangi bagi menjaga perasaan masing-masing. Elok diketahui bahawa tidak wajar suami melakukan jimak dengan tergopoh gapah kerana ini akan menimbulkan rasa kurang senang di hati isteri, elok dilakukan dengan tenang dan bertimbangrasa. Jangan lupa membersihkan diri dari bau yang tidak menyenangkan dan berwangian kerana itu juga satu dari kesopanan jimak.

## Strategi Pemuasan

Elok masukkan zakar sekadar hasyafah dahulu di permulaan jimak, apabila nyata berahi isteri, barulah masukkan seluruh zakar. Jika suami inzal dahulu maka sunat meneruskan jimak hingga isteri inzal pula. Adalah digalakkan untuk menusuk dalam-dalam sehingga hilang batang zakar ketika berdayung, tapi jangan sampai menyakitkan. Elok bagi suami jimak semula jika didapati faraj isteri masih bergerak-gerak sesudah jimak kerana ini mungkin tanda isteri belum puas, jimak itu boleh dilakukan setelah zakar mampu semula.

Adalah sunat bagi suami menghisap lidah isteri ketika berjimak kerana itu

mempunyai rahsia menolong suami lambat inzal dan isteri cepat inzal. Perlulah diketahui beza ghairah berbanding inzal, apabila isteri mengerang, farajnya bergerak-gerak, matanya tertutup, tangannya memegang suaminya dan nafasnya kencang, itu tanda keghairahan mahu dijimak atau mahu jimak itu diteruskan.

## Strategi Mengenal Pasti Inzal.

Amat penting untuk dikenal pasti bilakah isteri mencapai inzal dan bagaimanakah keadaannya bila isteri inzal. Inzal yang teragung ialah puncak segala inzal, ia adalah inzal yang lebih nikmat dan berlaku lebih lama dari inzal biasa. Inzal yang agung ialah inzal yang dapat dicapai oleh isteri apabila suami dapat mengawal kegiatan jimak itu dengan menggunakan kekuatan akalnya bagi mempastikan pencapaian inzal yang serentak dengan isterinya. Dalam keadaan itu, inzal suami berfungsi memancutkan mani jauh ke dasar faraj dan inzal isteri pula menyedutnya dengan otot-ototnya agar mani masuk lebih rapat ke rahim isteri.

*Lukisan Hiasan*

Tanda inzal ialah apabila nafas isteri semakin memuncak, dia meneran, badannya menjadi makin tegang, dia seperti tiada sedarkan dirinya kerana 99 bahagian badannya dikuasai oleh nafsu kenikmatan sedang hanya 1 bahagian akal. Badannya bergerak-gerak dan tiba-tiba saja nafasnya terhenti, badannya menjadi kendur seperti tali tegang yang terputus dan dia mungkin mengeluh. Pada ketika itu farajnya akan mengemut-ngemut dan disertai oleh kejutan-kejutan kecil di badannya.

Inzal isteri berlaku dalam masa lebih panjang dari inzal suami, ia berakhir lebih kurang 2 minit. Sebab itu, jika suami inzal dahulu maka jangan dicabut zakar hingga dapat membuatkan isteri inzal dan setelah menunggu paling kurang 2 minit setelah itu. Elok diketahui juga bahawa bagi setengah-setengah wanita yang mempunyai nafsu yang memuncak maka ketika dia inzal itu kekuatan inzalnya boleh menyebabkan maninya terpancut keluar, namun ini jarang berlaku.

## Strategi Mengenal Pasti Kepuasan.

Perlu diketahui bahawa tanda isteri puas ialah badannya menjadi sejuk setelah inzal itu. Dia mungkin mencumbu-cumbu suami tanda gembira. Ini adalah tanda puas yang umum berlaku pada ramai wanita. Antara tanda lain ialah, pada setengah-setengah wanita akan terbit bintik-bintik putih seperti panau pada sekitar payudaranya dan ulu hatinya, tanda itu akan hilang setelah kira-kira 5 minit, namun tanda ini jarang berlaku.

Antara tanda isteri benar-benar puas ialah apabila telah jimak dia akan terus tertidur dengan nyenyak hingga tiada terdaya untuk menarik selimutnya. Tanda yang lain ialah jika dia makan setelah jimak itu, dia akan makan dengan berselera sekali. Mengenal pasti cara kepuasan ini penting agar suami dan isteri dapat melakukan jimak yang berkesan tanpa perlu jimak banyak kali.

Berikut pula adalah strategi bagi menjaga kesihatan dan kesegaran di samping mendapat keredhaan Allah s.w.t.:

## Strategi Kesihatan Dan Keredhaan

Disunatkan membaca Bismillah dan doa mengusir syaitan ketika mahu jimak.

Pada masa jimak itu digalakkan untuk berzikir, sentiasa ingat kepada Allah, nescaya dikurniakan kekuatan dan ketenangan. Suami dan isteri disunatkan untuk mengambil wuduk selepas jimak dan sebelum tidur. Jika mahu jimak kali kedua sebelum mandi wajib maka sunat untuk mengambil wuduk dahulu.

Selepas jimak adalah baik jika tidak memakan makanan yang sejuk. Mandi junub selepas jimak itu wajib hukumnya dan menurut Ibnu Qayyim, bahawa mandi wajib dan wuduk selepas bersetubuh mendatangkan kesegaran badan dan kesedapan jiwa, menghilangkan apa-apa kekotoran yang didapati dengan jimak dan mewujudkan kesempurnaan, kesucian dan kebersihan. Juga jangan terlalu lama menjauhkan diri dari jimak kerana menurut Imam Muhammad bin Zakaria sesiapa yang telah lama meninggalkan jimak akan lemahlah kekuatan urat sarafnya dan menutup perjalanan urat sarafnya dan melemahkan kemaluannya.

Jimak itu mempunyai manfa'at memelihara penglihatan dari yang haram, memelihara nafsu syahwat, menjauhkan dari yang haram dan juga manfaat pada diri serta isteri dunia akhirat. Tetapi jimak yang terlalu kerap juga tidak baik, menurut Imam Al-Ghazali, suami elok mendatangi isterinya setiap empat malam sekali dan wajar untuk dilebihkan atau dikurangkan menurut hajat si isteri untuk pemeliharaan si isteri kerana pemeliharaan ke atas isteri adalah wajib bagi si suami.

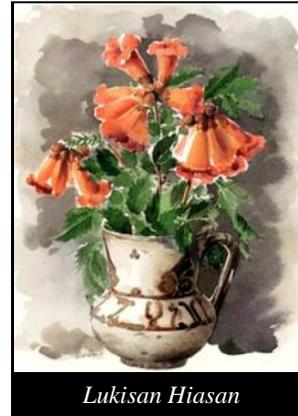
*Lukisan Hiasan*

Mujahid Ibnu Yakan juga telah berkata bahawa Islam memberi amaran jangan terlalu menurut kemahuan nafsu dan berlebih-lebihan dalam jimak, ini untuk menjaga obor akal fikiran jangan dipadamkan oleh angin nafsu syahwat dan memelihara jiwa supaya jangan diperhambakan oleh naluri dan keinginan yang rendah

Imam Ibnu Qayyim juga telah berkata bahawa tidak harus mengeluarkan mani melainkan untuk mendapat zuriat ataupun mengeluarkan mani yang telah bertakung kerana sesungguhnya sekiranya dibiarkan mani itu bertakung lama, akan melahirkan penyakit yang keji seperti was-was, kegilaan dan sawan.

Disunatkan bagi suami isteri mencukur bulu ari-ari setiap tidak lebih dari 40 hari sekali, Terdapat beberapa hadis yang menyatakan bahawa jika seorang isteri sedang hamil kemudian bernazar bila anaknya lahir akan memberi nama Muhammad atau Ali maka Allah akan mengurniakan kepadanya seorang anak lelaki.

Nabi juga telah mengamalkan meminum madu yang dicampurkan dengan air sejuk biasa pada pagi hari bagi menjaga kesihatan badan. Imam Ja'afar Sadiq telah berkata bahawa bau harum memperkuatkan jantung dan meninggikan kejantanan dan kelembutan.

Begitulah antara lain strategi-strategi pada sebelum, ketika dan setelah melakukan jimak sebagaimana yang telah diajarkan oleh Islam. Walau bagaimanapun, ada antara maklumat dalam strategi megenalpasti inzal dan mengenalpasti kepuasan itu digabungkan dengan pengetahuan moden sebagai menambah pengetahuan.

# Ketika Terbaik

Perlu diketahui bahawa ada ketikanya bila mana jimak itu ditegah, ada kalanya ianya kurang digalakkan, ada ketika ia digalakkan. Ketika-ketika tersebut adalah sebagaimana berikut:

## Ketika Yang Ditegah (Haram)

Apabila isteri itu sedang haid, nifas atau wiladah, haram jimak dengan isteri hinggalah kering darah tersebut dan telah mandi wajib. Haram juga hukumnya jika melakukan jimak ketika berada di dalam masjid atau ketika sedang berpuasa atau ketika memakai ihram haji. Bila berjimak sedang badan memakai azimat yang tersurat di dalamnya nama Allah, nabi atau malaikat atau ayat-ayat Al-Quran walau

*Lukisan Hiasan*

pun berlapik maka haram hukumnya. Jika menjimak isteri tanpa redhanya maka haram hukumnya, setengah ulama menghukumkan makruh. Haram juga jika mendatanginya pada duburnya.

## Ketika Yang Tidak Digalakkan (Makruh)

Makruh berjimak pada malam lhb., 15hb. atau 30hb. Hijriyah kerana pada ketika itu segala-syaitan sedang berjimak. Makruh jimak dengan mengadap kiblat atau

membelakanginya atau ketika berdiri atau ketika bertelanjang bulat. Pastikan bahawa jimak tidak dilakukan di hadapan anak atau boleh dilihat atau didengar oleh anak. Makruh jimak pada 2hb. Hijriyah, pada malam Hariraya Fitri dan Adha

iaitu di malam hariraya kedua. Pada waktu siang, makruh jimak antara Azan dan Iqamah, antara Azan Subuh dan matahari terbit, pada saat matahari terbenam dan pada awal-awal malam. Makruh juga jimak pada malam 15hb. dan akhir Syaaban, waktu gerhana bulan dan matahari, ketika angin keras dan gempa bumi, ketika beratapkan langit atau ketika mengadap matahari. Makruh jimak di bawah pohon buah-buahan, di atas atap bangunan dan di atas kapal.

## Ketika Yang Digalakkan (Sunat)

Sunat memilih hari yang baik untuk jimak iaitu siang atau malam Juma'at atau malam Isnin dan Khamis. Sunat menunggu hingga isteri bersih dari hadas kecil dan besar. Sunat membasuh dahulu kemaluan bagi sebab-sebab kebersihan dan kesihatan. Sunat melakukan jimak ketika badan sihat dari sebarang penyakit. Sunat untuk memulakan jimak ketika perut tidak terlalu lapar atau kenyang atau terlalu letih atau mengantuk. Sunat mengambil wuduk sebelum jimak sebagai usaha untuk mendapat anak yang salih. Disunatkan bagi pasangan memakai bau-bauan dahulu. Sunat memilih tempat yang sunyi dan jangan di tempat orang lalu lalang atau boleh didengar oleh orang lain. Sunat menyediakan satu bejana atau bekas berisi air berhampiran tempat jimak untuk membasuh muka dan tangan isteri selepas jimak. Sunat juga hukumnya menyediakan kain pengesat yang berasingan bagi suami dan isteri.

Demikian sebahagian dari panduan memilih ketika terbaik untuk jimak.

# Tertib Sebelum Menghampiri Jimak.

Banyakkan berdoa

Banyak rujukan telah penulis lakukan terhadap berbagai disiplin ilmu dan seni jimak berbagai bangsa di dunia ini, terutamanya kaedah dan petua kuno untuk menggali berbagai petua yang bermanfaat bagi dipraktikkan dalam melaksanakan tugas nafkah batin, namun tidak ada pendekatan yang begitu seimbang melainkan pendekatan cara Islam. Ini kerana jimak cara Islam dilakukan dengan keadaan syukur dan redha sekaligus. Umat Islam bukan saja melakukan jimak yang 'bersih' tetapi suci jasmani dan juga rohaninya. Ia dilakukan dengan beradab sopan dan merupakan pendekatan yang tiada tolok-bandingnya. Jimak cara Islam bukan bertujuan untuk keseronokan semata-mata tapi adalah merupakan satu ibadah. Ia dilaksanakan dengan sebaik-baik mutu untuk memperolehi kenikmatan dan keberkatan.

Terutamanya bagi jimak malam pertama. Islam telah menggariskan tertib yang baik dilakukan sebelum menghampiri jimak. Antaranya:

1. Adalah sunat untuk bercukur serta menghilangkan bulu-bulu yang disunatkan membuangnya seria kuku-kuku yang panjang.
2. Disunatkan membersihkan diri dengan mandi kemudian lalu memakai bau-bauan, serta memakai pakaian yang bersih lapi tidak semeslinya terlalu baik.
3. Bila suami masuk menemui isteri, pegang tangannya mengadap kiblat lalu berdoa:

"Ya Allah! Aku mengahwininya berdasarkan kitabMu, aku mengambilnya berdasarkan amanahMu. Sekiranya Engkau mengurniakan seorang anak kepadaku melaluinya, jadikanlah dia orang yang diberkati, bertaqwa, bijaksana (pandai). Maka janganlah Engkau menjadikan anak tersebut sekutu alau bahagian syaitan".

4. Ambil wuduk. Sembahyang sunat dua raka'at. Jika belum solat Isya' maka lakukan secara berjemaah dengan isteri.
5. Sunat memuji Allah dan berselawat kepada Nabi, keluarga dan sahabatnya kemudian suami berdoa dan diaminkan oleh isteri,

doanya berbunyi:

"Ya Allah! Berikanlah kepadaku kemanjaan dan kasih sayangnya serta kerelaannya dan aku memohon keredhaanMu dengannya. Himpunkanlah kami dengan sebaik-baik perhimpunan dan semudah-mudah persetujuan. Sesungguhnya Engkau suka kepada sesuatu yang halal dan benei kepada sesuatu yang haram".

6. Sunat untuk suami dan isteri menyebutkan harapan antara satu sama lain, agar dapat didengari dan difahami.

7. Elok jika membaca Surah Al-Asr setelah menyatakan harapan dan pesanan tersebut.

8. Disepanjang ketika sebelum melakukan jimak itu maka disunatkan bagi suami isteri bersenda gurau, bereumbu rayu serta bereumbuan dan bersukaria bagi membangkitkan suasana yang nyaman dan tenang bagi perasaan keduanya.

# Tertib Menghampiri Jimak

Tenangkan fikiran

Beruntunglah umat Islam kerana jimak yang dilakukan suami isteri akan beroleh ganjaran pahala yang banyak. Selain dari memperoleh ketenangan dan kegembiraan, jimak yang dilakukan dengan keadaan ingat pada Allah akan mendapat keberkatan. Mudah-mudahan rumahtangga akan sentiasa harmoni, kasih sayang akan semakin mendalam, persefahaman akan selalu terjalin. Semoga jika dari jimak itu lahir anak, ia akan menjadi anak yang soleh lagi berjaya di dunia dan di akhirat. Sebenarnya rumahtangga yang bahagia adalah jauh lebih bermakna dari punya harta yang bertimbun, pangkat atau kuasa yang besar, dan antara rahsia terbesar kebahagiaan rumahtangga ialah jimak dengan keadaan ingat pada Allah lagi bersyukur kepadaNya atas segala nikmat yang dikurniakan itu.

Dalam suasana bilik di mana lampu yang ada tidak terlalu terang dan tidak terlalu gelap maka lakukan pula amalan- amalan seperti berikut bagi menghampiri jimak.

1. Semasa suami hendak membuka baju sendiri, akan dibaca doa:

"Dengan nama Allah, Tiada Tuhan melainkan Dia".

2. Ini akan diikuti oleh bacaan Surah Al-Ikhlas:

3. Selepas itu suami akan bertakbir, begini bunyinya:

"Allah Yang Maha Besar"

4. Kemudian suami akan bertahlil dengan bacaan berikut:

"Maha Suci Allah"

5. Selepas itu suami akan membaca doa yang berikut:

"Dengan nama Allah Yang Maha Tinggi lagi Maha Besar, Ya Allah, jadikan dia zuriat yang baik jika Engkau takdirkan ia keluar dari sulbiku".

6. Maka suami menghampiri isteri, jangan membawa bersama barang yang haram, hadap kiblat dan ingat pada Allah dan berikan salam pada isteri, bunyinya:

"Keselamatan atas kamu, hai pintu yang maha pengasih"

7. Itu ajakan jimak kepada isteri, satu kalimat yang punyai erti cinta kasih sayang yang amat mendalam dan nyaman. Isteri akan menjawab salam suami dengan bunyinya:

"Dan atas kamu pula keselamatan, hai tuanku yang dipercayai".

Ini adalah peringkat salam. Satu peringkat yang mempunyai pengertian yang hebat dan mengatasi apa jua ilmu jimak agama lain di dumia.

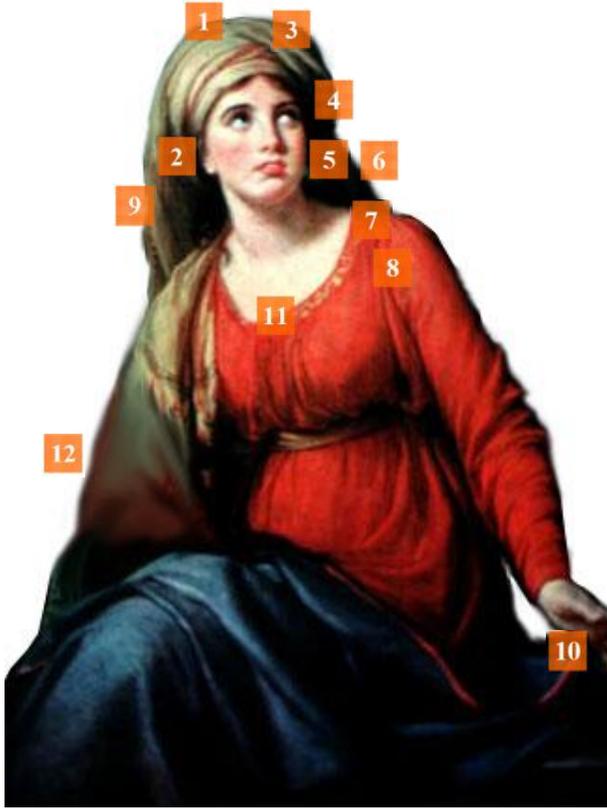
# Istimta' Sifatun Naum

1. Ubun-Ubun
2. Telinga
3. Antara Kening
4. Mata
5. Pipi
6. Hidung
7. Dagu
8. Kerongkong
9. Tengkuk
10. Tapak Tangan
11. Antara Payudara
12. Ulu Hati

Istimta' Sifatun Naum adalah kaedah rangsangan awal sebelum jimak yang berasal dari Timur Tengah, juga dipanggil Ciuman Dua Belas. Ia adalah kaedah Istimta' yang diketahui oleh masyarakat Melayu lama dan ada dicatat di dalam kitab Hukum Jima'.

Jika diteliti bahagian-bahagian tubuh yang menjadi sasaran Istimta', ia merangsang Kawasan Berahi yang mana ia diketahui juga oleh bangsa India, Cina, Jepun, Jerman, Perancis dan Seksologi Moden. Kawasan-kawasan cumbuan ini juga adalah kawasan yang berfaedah kepada kesihatan isteri apabila dicumbu.

Sebenarnya istimta' dan jimak itu sudah sedia diketahui oleh masyarakat Melayu zaman dahulu sebagai perlakuan yang menyihatkan tubuh badan suami isteri dan dapat mengelakkan penyakit.

# Sasaran Istimta' Sifatun Naum

1. Ubun-Ubun – paling hampir dengan Kelenjar Pituitary, pusat pertumbuhan jantina dan pusat mesej keghairahan
2. Telinga – sarafnya punya hubungan langsung ke saraf kelamin. Ia adalah Zon Berahi.
3. Antara Dua Kening – paling hampir dengan Kelenjar Pineal.
4. Mata – juga tergolong pada Zon Berahi.
5. Pipi – sentuhan padanya membawa kesan berahi dan keriangan.
6. Hidung – tergolong sebagai Zon Berahi.
7. Dagu – sarafnya berhubung langsung dengan memori cinta kasih.
8. Kerongkong – paling hampir dengan Kelenjar Thyroids.
9. Tengkuk – paling hampir dengan Kelenjar Parathyroids.
10. Tapak Tangan – sarafnya berhubung langsung dengan saraf tunjang kelamin.
11. Antara Dua Payudara – paling hampir dengan Kelenjar Thymus dan ia adalah Zon Berahi.
12. Ulu Hati – paling hampir dengan Kelenjar Adrenal di atas buah pinggang dan ia adalah Zon Berahi.

Dari catatan di atas kita dapat melihat bahawa sasaran rangsangan yang dilakukan oleh suami ke atas isteri melalui kaedah Istimta' Sifatun Naum adalah sasaran-sasaran yang efektif dan mampu mempercepatkan proses keghairahan dan inzal isteri kerana rangsangan ditumpukan ke kawasan-kawasan Zon Berahi dan kelenjar yang ada pada tubuh isteri. Ia adalah keistimewaan ketara bagi kaedah istimta' ini.

# Langkah Istimta' Sifatun Naum

Istimta' ini adalah ciuman badani yang cepat mengghairahkan isteri dengan izin Allah. Pegang tangan isteri, dudukkan isteri dikerusi atau di tepi katil. Pegang tangannya, baca kalimah ini perlahan:

"Aku redha Allah s.w.t. itu Tuhanku".

Buka baju isteri atau biarkan isteri membukanya. Pada ketika itu kedua tangan suami berfungsi meraba payudara isteri, memainkan puting susu serta merainasnya dengan lembut dan perlahan. Ini dilakukan sambil selawat ke atas Nabi sebanyak 3 kali:

"Ya Tuhan kami, berilah kesejahteraan atas Nabi Muhammad dan keluarga Nabi Muhammad"

Apabila selesai melakukan perkara di atas maka sampai ketika untuk melakukan Istimta' Sifatun Naum, terdiri dari 11 langkah, sebagaimana yang dicatatkan:

1. Cium ubun-ubun isteri, ucapkan asma' yang berikut ini sekali:

   "Ya Allah Yang Maha Lemah Lembut, cahaya Allah di atas segala cahaya, telah menerangkan cahaya itu di atas siapa yang dikehendakiNya"

   Setelah membaca itu, cium dalam-dalam akan ubun-ubunnya buat kali yang kedua.

2. Miringkan kepala isteri ke kanan, baca asma' yang berikut ini:

   "Di dalam pendengaran Engkau, Allah Yang Maha Mendengar"

   Maka cium telinganya yang kanan. Lakukan perkara yang sama untuk telinga yang kiri juga. Setelah itu maka tiup lubang telinganya. Kemudian cium antara dua keningnya sambil baca ayat ini:

   "Aku mengahwininya"

3. Apabila proses di atas selesai maka baca pula doa berikut

اللَّهُمَّ إِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُبِينًا

"Ya Tuhan kami, sesungguhnya kami bukakan kepadamu kemenangan yang nyata"

Lalu cium mata kanannya, baca doa tersebut sekali dan ciumlah matanya yang kiri pula.

4. Baca doa yang berikut setelah langkah yan cadinya selesai:

"Hai Yang Maha Mulia, hai Yang Maha Pengasih, wahai Yang Maha Penyayang, ya Allah".

Kemudian cium pipi isteri yang kanan, baca lagi dan cium pula pipi yang kiri.

5. Baca ayat yang berikut ini pula apabila selesai yang di atas:

فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّةُ النَّعِيمِ.

"Lalu mendapat kelapangan dan ketenangan serta mendapat syurga dan nikmat"

Lantas dicium hidung isteri sambil nafasnya disedut kemudian hembuskan ke Hang hidungnya, ulangi 12 kali. Di sini terdapat kunei nikmat pereiuman yang dapat menjalin rasa kasih sebenar.

6. Baca pula akan asma' ini apabila telah selesai yang di atas:

"Hai Tuhan Yang Maha Pengasih di dunia, hai Tuhan Yang Maha Pengasih di akhirat"

Lalu dicium pula pada dagu isteri sekali.

7. Apabila telah selesai maka ucapkan pula asma' yang berikut:

اللَّهُ نُورُ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ.

"Allah itu cahaya di langit dan bumi"

Lantas cium kerongkong lehernya.

8. Ucapkan pula asma' ini setelah proses di atas selesai iaitu:

نُورُ مُحِبِّ الْإِيمَانِ مِنْ عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ۝

"Sinar kasih iman dari hamba-hambamu yang salih". Ciumlah pada tengkoknya.

9. Baca pula ayat yang berikut selepas dari itu:

مَا كَذَبَ الْفُؤَادُ مَا رَأَى ۝

"Tidak berdusta hatinya apa yang ditihatnya".

Maka cium tapak tangan isteri yang kanan kemudian ulangi lagi membaca dan cium tangan kirinya.

Tapak tangan adalah satu tempat berahi yang penting bagi dicumbu, pereiuman ke atas tapak tangan juga adalah simbol bahawa Islam itu meletakkan wanita di tempat yang lebih baik dari darjat mereka dalam agama-agama yang lain. Adalah menarik untuk diperhatikan bahawa seksologi Barat tidak menganggap telapak tangan sebagai salah satu sasaran ciuman badani. Setelah itu maka lakukan langkah yang berikut:

10. Bacalah doa ini setelah selesai langkah yang sebelumnya:

"Aku menemui kekasihku dengan mesra"

Maka ciumlah antara payudaranya (ada yang menyatakan pada kedua payudara isteri)

11. Akhir sekali dari istimta Sifatun Naum ialah membaca akan asma' yang berikut:

"Ya Allah Yang Hidup, ya Allah Yang Berdiri Sendiri"

Lalu cium pada ulu hatinya.

Demikian Istimta' Sifatun Naum, yang mana, di dalam Kitab ‘Ubab dikatakan mempunyai 12 perkara dan syarat. Ini kerana termasuk ciuman antara dua kening setelah ciuman yang dilakukan pada kedua telinga dan meniup telinga isteri.

Menurut Kitab 'Ubab lagi, bahawa Istimta' ini adalah sunnah Nabi dan dipesankan dalam kitab itu bahawa "Semasa ciuman itu kenakan dahi (suami) dengan dahi (isteri), mata dengan mata, kening sama kening, hidung sama hidung, mulut sama mulut, langan sama tangan, dada sama

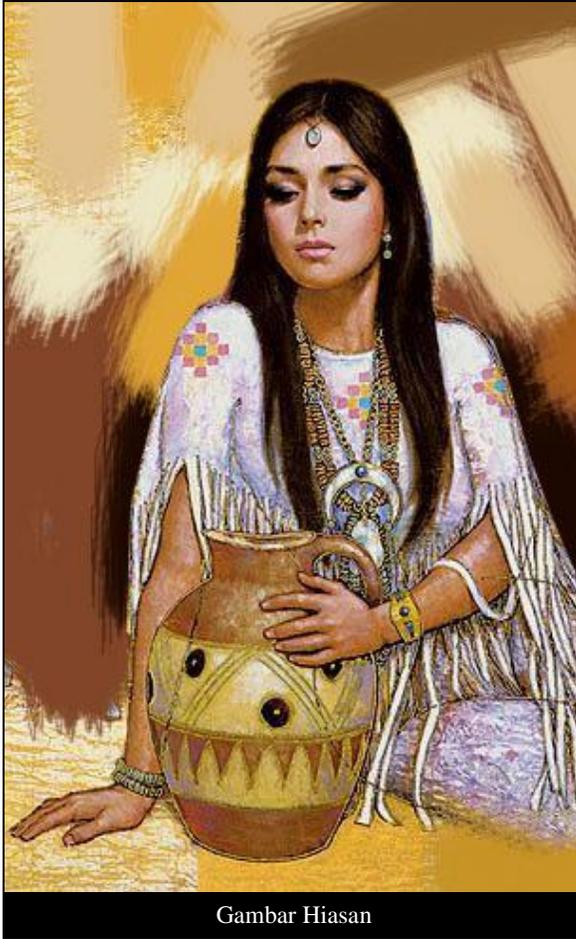
dada, pusat sama pusat, kaki sama kaki dan nyawa (nafas) sama nyawa (nafas) maka sampailah ke daJam laut (kenikmatan)".

Apa yang dipesankan oleh Al-Fadhil Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya itu mempunyai pengertian yang mendalam tentang erti 'bersetubuh' itu sendiri. Tidaklah lengkap bersetubuh itu jika tidak dilakukan istimta itu secara bersatu tubuh (menemukan bahagian-bahagian tubuh antara suami dan isteri).

Gambar Hiasan

Adalah perlu difahami sekali bahawa semua langkah Istimta' ini dilakukan ketika isteri duduk di kerusi atau birai katil di pangkuan suami. Di dalam Kitab 'Ubab juga dikatakan bahawa adalah sunat bagi suami mencium faraj isteri (tempat yang tiada pernah dicium oleh ibu bapanya), caranya ialah dengan membuka auratya dengan tangan kiri, lalu menyentuh hujung qalam isteri dengan hidung suami.

Apabila nyata isteri redha atau sedia dijimak maka letakkan kepala isteri di atas tangan kanan suami dan hisap lidahnya.

# Istimta’ Kamasutra India

Gambar Hiasan

1. Ciuman Bibir
2. Sentuhan Kuku ke Payudara
3. Meraba Badan
4. Ciuman Menyeluruh
5. Menggosok Celah Peha
6. Menyentuh Faraj
7. Menggosok Celah Peha

Senarai menunjukkan tempat rangsangan Istimta’ catatan Vatsyayana dalam Kamasutra iaitu kitab ilmu jimak kuno yang amat terkenal di seluruh dunia setelah ianya diterjemahkan ke dalam bahasa Inggeris oleh Sir Richard Burton.

Bangsa India kuno merupakan bangsa yang mempunyai berbagai falsafah dan kepercayaan mengenai hal seks. Malah ada antara mereka ini yang menjadikan zakar dan faraj sebagai dewa dan disembah. Beberapa kuil kuno di India penuh dengan ukiran-ukiran manusia sedang melakukan seks, malah sebahagian dari simbol-simbol dalam agama Hindu adalah abstrak dari bentuk faraj serta zakar. Kaum India kuno bukan merujuk kepada Kamasutra saja. Ada beberapa ‘kitab’ lain yang membincangkan perihal seks ini dengan agak terperinci terutamanya Ananga Ranga, serta ‘kitab-kitab’ Tantra. Bezanya mereka dengan orang-orang Melayu ialah dari segi bahawa mereka mempunyai ilmu-ilmu yang dicatat dalam ‘kitab-kitab’ mereka sejak beribu tahun lampau sedangkan di kalangan orang-orang Melayu, ilmu pengetahuan seperti ini kebanyakannya disampaikan secara lisan.

Anggota tubuh yang dirangsang menurut Kamasutra hanyalah salah satu kaedah dari berbagai kaedah rangsangan yang diketahui oleh kaum India kuno. Mereka juga mempunyai kaedah merangsang isteri berdarakan haribulan serta berdasarkan kepada saiz faraj itu sendiri. Pada zaman ini apa yang dicatat dalam Kamasutra telah tersebar luas seolah-olah itu adalah pendekatan jimak yang terbaik sedangkan sebahagian dari isi kandungannya menjurus kepada seks bebas serta salah-laku seks yang amat dilarang dalam Islam.

# Istimta' Dinasti Han Cina

Gambar Hiasan

1. Ciuman, belaian, rabaan
2. Putting Susu
3. Ari-Ari
4. Lubang Faraj
5. Lidah
6. Seluruh Badan
7. Luar Faraj

Senarai menunjukkan tempat-tempat rangsangan Istimta' yang telah diajarkan di Cina pada zaman Dinasti Han hampir 2,000 tahun yang lampau. Ia berada di dalam peringkat Bualan Cumbuan, Cerita Nafsu dan Ikan Menunjukkan Insang iaitu kedudukan-kedudukan awal suami isteri sebelum jima' dilakukan. Kaedah ini dikatakan diasaskan dari ajaran Wanita Rahsia kepada Maharaja Kuning, yang memerintah Cina kira-kira 2,000 tahun sebelum itu.

Kebanyakan dari ilmu jimak bangsa Cina Kuno didakwa berasal dari ilmu dan petua dari istana maharaja Cina, dari beberapa dinasti. Pada awalnya segala ilmu dan petua ini amat dirahsiakan dari rakyat jelata, tapi apabila sistem raja telah tamat di Cina, sedikit demi sedikit ilmu dan petua ini 'bocor' kepada pengetahuan orang ramai. Ianya dikatakan disebarkan oleh golongan sami dan secara keseluruhannya ilmu dan petua ini digelar sebagai 'Kung Fu Seks'.

Satu hal yang menarik mengenai ilmu dan petua jimak Cina kuno ini ialah dari segi pendapat bahawa sumber atau guru asal yang mengajarkan 'Kung Fu Seks' ini adalah wanita. 'Kitab-kitab' mereka ini termasuklah Su Nu Ching dan Hsuan Nu Ching yang dianggap antara yang paling terkenal. Bangsa Cina kuno juga mengaitkan seks dengan perubatan. Mereka menggabungkan konsep Yin Yang (Apsara Apsari) dalam kebanyakan catatan mengenai istimta dan jimak.

Sepertimana bangsa India kuno, bangsa Cina kuno juga tidak menghalang seks bebas, dan sebahagian dari pendekatan mereka tidak sesuai untuk dipraktikkan oleh umat Islam.

# Rahsia Ciuman

Ciuman secara umumnya kini difahami sebagai satu perbuatan untuk menunjukkan kasih sayang dan kemesraan. Di dalam budaya Barat moden, ciuman dianggap satu manifestasi kemesraan. Namun di tempat-tempat lain di dunia ini ciuman mempunyai makna atau tujuan berbeza. Beberapa catatan lama mendedahkan bahawa ada sebilangan kelompok bangsa atau etnik tidak melakukan ciuman.

Ciuman banyak tertumpu pada wajah isteri.

Pada zaman kuno di India, amalan bercium di khalayak ramai adalah popular, dan ini dibuktikan oleh wujudnya banyak ukiran-ukiran dan patung-patung di istana dan kuil yang menunjukkan perbuatan itu. Apabila India dijajah oleh British, ciuman di khalayak dianggap satu perbuatan yang tidak sopan. Selepas merdeka, ciuman di khalayak kembali diamalkan di sana.

Di Timur Tengah pula hinggalah ke masa terdekat ini, ciuman hanya dianggap normal dan betul jika ianya dilakukan antara dua lelaki, dua wanita, atau ibubapa mencium anak-anak mereka. Ciuman tidak dianggap sebagai ekspresi seksual di Timur Tengah.

Di kawasan padang pasir Sahara di Afrika, kaum asli Amerika dan juga dalam budaya Polynesia ciuman tidak diketahui hinggalah ianya diperkenalkan oleh pengaruh Barat dan Eropah.

Begitu juga bagi masyarakat Andaman, ciuman hanya dipraktikkan sebagai tanda sayang kepada kanak-kanak dan tidak ada kaitan dengan tujuan seks.

Di negara-negara Eropah Timur pula hingga masa terdekat, ciuman di bibir antara dua lelaki sebagai tanda selamat datang atau selamat berpisah adalah dianggap normal sebagaimana juga bersalaman. Tapi budaya ini hampir pupus akibat pengaruh Barat. Pada masa silam, ciuman (sebagaimana budaya orang Arab) tidak dianggap berunsur seks di negara-negara Islam dan Slavik.

Bagi mereka yang berkawan rapat, ciuman berbalas biasanya diberikan sebagai tanda selamat datang atau selamat berpisah. Ciuman jenis ini biasanya dilakukan dengan mengucup ringkas menggunakan muncung mulut ke pipi atau mungkin tidak menyentuh pipi, hanya dilakukan di udara berhampiran dengan pipi tapi dengan keadaan pipi yang bersentuhan.

Ciuman jenis ini adalah adat biasa di neraga-negara Eropah dan Latin Amerika seperti Argentina. Walaupun begitu di masyarakat Barat, adalah

lebih dianggap normal jika wanita mencium sesama jenis berbanding jika lelaki mencium sesama jenis.

Wanita tidak pentingkan wajah yang tampan. Lelaki yang memahami seni memuaskan mereka akan lebih disayangi.

Dalam keadaan biasa, kita kadangkala mencium kanak-kanak untuk membuatkan mereka rasa selesa atau menunjukkan sayang, dan kanak-kanak juga mencium orang dewasa kerana tujuan tersebut. Ciuman ini biasanya dilakukan di dahi atau pipi.

Ciuman sebagai ekspresi kasih sayang romantik melibatkan lelaki dan wanita dengan keadaan bersama menemukan dan menekankan bibir mulut, biasanya dilakukan dengan lebih kuat dan dalam tempoh yang agak lebih lama. Untuk ciuman yang lebih ghairah pula, pasangan yang berciuman mungkin akan membuka mulut mereka, menghisap lidah pasangan atau menggerakkan lidah mereka di dalam mulut pasangan sebagaimana Ciuman Perancis. Untuk ciuman istimta pula cumbuan akan dilakukan ke atas beberapa anggota tubuh pasangan.

Wajah tampan tapi gelojoh akan menyakitkan perasaan dan akan nampak hodoh pada pandangan isteri.

Anggota Ciuman

Sebenarnya ciuman adalah satu perlakuan kompleks yang memerlukan koodinasi otot yang jelas. Sebanyak 34 hingga 36 otot perlu bekerjasama apabila seseorang melakukan ciuman. Otot paling penting yang terlibat ialah otot orbicularis oris yang biasanya digunakan untuk memuncungkan mulut dan digelar sebagai Otot Ciuman. Lidah jiga boleh menjadi anggota ciuman yang amat penting. Bibir pula mempunyai banyak hujungan saraf dan kerana itu ia adalah peka kepada sentuhan dan gigitan.

Ciuman Anggota Tubuh

Mencium bibir adalah biasa, sebagaimana juga bahagian tubuh lain seperti pipi, dahi, leher, tangan dan lain-lain. Mencium tangan adalah amalan biasa bila melamar dan bagi orang Islam pula ketika selesai bernikah. Ciuman intim dan ghairah ke atas anggota sulit adalah biasa semasa istimta.

# Berbagai Kaedah Ciuman

Ada berbagai jenis ciuman dan cumbuan yang boleh dilakukan oleh suami ke atas isteri dan sebaliknya semasa Istima' dan jimak:

**Ciuman Rama-Rama** – Muka suami isteri dirapatkan, suami akan membuka dan menutup matanya dan alis mata itu akan membelai wajah isteri. Ia akan menimbulkan rasa mendebarkan di pihak isteri.

**Ciuman Pipi** – Letakkan tangan suami ke bahu isteri dan dengan perlahan-lahan sapukan bibir suami merentasi pipi isteri. Ciuman ini memberi isyarat rasa sayang kepada isteri.

**Ciuman Cuping Telinga** – Suami menyedut dan mengemam cuping telinga isteri dengan perlahan-lahan tetapi elakkan dari mengeluarkan bunyi sedutan kerana ia akan menyebabkan isteri tidak selesa.

**Ciuman Eskimo** – Muka suami isteri dirapatkan, dengan perlahan suami dan isteri menggosokkan hidung sesama hidung.

**Ciuman Mata** – Suami memegang kepala isteri dengan kedua tangannya dan dengan perlahan miringkan kepalanya ke arah mana anda mahu menciumnya, kemudian ciumlah wajahnya ke arah matanya dengan perlahan serta kucup lembut pada kelopak matanya yang tertutup.

**Ciuman Kelopak Mata** – Semasa isteri sedang berehat atau tidur dan matanya tertutup, dengan amat perlahan ciumlah kawasan rongga mata yang berada di bawah keningnya. Ia adalah ciuman yang amat mesra.

**Ciuman Jari** – Bila suami dan isteri sedang berbaring, suami menyonyot jari isteri. Ianya menyeronokkan dan merangsang.

**Ciuman Kaki** – Ini adalah perlakuan yang memberahikan serta romantik. Ciuman ini mungkin akan menimbulkan rasa geli tapi bertenanglah dan cuba menikmatinya. Caranya ialah suami menyonyot jari kaki isteri dan kemudian mengucup kakinya dengan perlahan. Ini membantu mengurut lenbut tapak kaki semasa ciuman dilakukan.

**Ciuman Dahi** – Suami akan menyapukan bibirnya dengan lembut di dahi isteri. Ini adalah ciuman tanda prihatin dan berkawan. Ianya menimbulkan rasa selesa di pihak isteri.

**Ciuman Cair** – Ini adalah ciuman yang seronok. Suami letakkan seketul ais di mulutnya, kemudian mulut dibuka dan isteri dicium sambil memindahkan ais itu ke mulut isteri menggunakan lidah. Ia adalah ciuman yang menggairahkan dan menggiurkan.

**Ciuman Perancis** – Suami mencium isterinya menggunakan lidah. Ia juga digelar Ciuman Jiwa kerana tenaga kehidupan dipercayai berpindah melalui nafas yang dikongsikan semasa ciuman berlaku. Orang Perancis pula menamakan ini sebagai Ciuman Inggeris.

**Ciuman Buah** – Suami ambil sejoreng buah-buahan seperti nanas, mempelam atau anggur kemudian meletakkannya antara bibir. Isteri dicium sambil suami memakan sebahagian dari buah itu sementara isteri pula makan yang sebelah lagi hingga ia putus di tengah dan jusnya masuk ke mulut.

**Ciuman Tangan** – Suami mengangkat tangan isteri ke bibirnya. Kemudian dengan lembut menyapukan bibirnya ke belakang tangan isteri. Dari segi sejarah, ciuman ini dilakukan dengan tubuh suami sedikit membongkok tanda hormat pada wanita.

**Ciuman Menyedut** – Suami akan menyedut bahagian tubuh isterinya contohnya lehernya hingga ia memberi bekas tapi bukan mengeluarkan darah. Ianya biasa dilakukan semasa Istimta'.

**Ciuman Hangat Sejuk** – Jilat bibir isteri anda agar ia menjadi hangat, kemudian dengan perlahan tiup bibir itu. Rasa sejuk yang tiba-tiba itu akan meledakkan rasa ghairahnya dan dia akan cuba pula lakukan hal yang sama pada anda.

**Ciuman Jilat –** Sejurus sebelum berciuman, dengan perlahan leretkan lidah anda sepanjang bibir atas ataupun bibir bawah isteri, bergantung pada kedudukan bibir anda. Ianya amat mengghairahkan.

**Ciuman Menyedut Bibir** – Bila berciuman, dengan perlahan sedutlah bibir bawah isteri anda. Ianya amat menyeronokkan.

**Ciuman Gigit Leher** – Dengan perlahan gigit leher isteri dengan gerakan ke atas dan ke bawah dan diakhiri dengan ciuman lembut ke bibirnya.

**Ciuman Menggigit** – Ia adalah ciuman yang amat merangsang. Semasa mencium isteri, gigitlah bibirnya dengan amat lembut sekali. Elakkan dari menggigit dengan kuat kerana ia menyakitkan isteri. Jika dilakukan dengan betul, ciuman ini akan mencetuskan rasa nikmat yang hebat.

**Ciuman Bibir Songsang** – Ini dilakukan dengan keadaan suami berdiri di atas isteri dan mencium isteri dari arah atas kepalanya. Dengan cara ini anda dan isteri dapat mengulum bibir bawah pasangan ke dalam mulut dan dengan lembut sedut bibir itu dengan sedikit menggigit. Ia adalah ciuman yang mengghairahkan.

**Mencari Di Gua** – Gunakan lidah dan bibir suami untuk menggeletek dan mencium pusat isteri. Ubah kelajuan dan juga gerakan untuk memberikan berbagai rasa. Ia memberangsang dan mengkhayalkan.

**Ciuman Bahu** – Datangi isteri dari belakang, peluk dan ciumlah atas bahunya. Ini adalah ciuman yang mengghairahkan dan tanda sayang.

**Ciuman Menghirup** – Hirup sedikit minuman kegemaran anda. Dengan meninggalkan sedikit baki di bibir anda, ciumlah isteri anda. Ia adalah kaedah unik bagi menimbulkan rasa ghairah dan isteri akan menggemarinya.

**Ciuman Bercakap** – Bisikkan sesuatu yang indah ke dalam mulut isteri anda. Kemudian ciumilah dia dengan lembut.

**Ciuman Mengacah** – Bermula dari dahi, ciuman ringkas ke bibirnya, kemudian ke lengan dan tangannya, cium tangannya, kemudian balik ke lengannya, ke

wajahnya dan kemudian cium ringkas di bibirnya hinggalah dia mahu anda menciumnya dengan sesungguhnya.

**Ciuman Lebah** – Dengan perlahan letakkan bibir anda ke tengkuk isteri iaitu belakang telinganya. Keluarkan bunyi getaran seperti lebah agar ia menggetarkan kulit tengkuk isteri dan menggetarkan bibir dan pipi anda. Bergeraklah ke atas dan ke bawah tengkuk itu, di tulang pipinya dan bibirnya. Ianya merangsang dan mengghairahkan bila dilakukan dengan betul.

**Ciuman Harimau** – Suami dengan perlahan mengendap di belakang isteri. Tiba-tiba dengan sedikit bunyi mengaum terkam dia dan dengan perlahan gigitlah leher dia. Ini akan memeranjatkan isteri tapi menyeronokkan. Elakkan jika isteri lemah jantung.

**Ciuman Menitik** – Sedutlah minuman yang anda gemari dan kemudian titiskan ia ke mulut secara perlahan-lahan bila menciumnya.

**Menghisap Lidah** – Ini adalah variasi Ciuman Perancis. Semasa melakukan ciuman dengan mulut terbuka, hisaplah lidah isteri anda. Elakkan dari menghisap terlalu kuat kerana ia menyakitkan. Ini adalah ciuman yang amat ghairah.

**Ciuman Imbas** – Dilakukan ketika anda sedang tergesa-gesa. Biasanya ia dilakukan menggunakan hidung, bukan mulut.

**Ciuman Sedut** – Bila melakukan ciuman dengan mulut terbuka, dengan perlahan hisap seolah-olah anda menyedut udara dari mulut isteri anda. Ini adalah ciuman untuk bergurau.

**Ciuman Mengejut** – Sebelum isteri bangun tidur, cium pipinya dan gerakkan bibir anda dengan lembut sambil mencumbunya lembut hingga anda sampai ke bibirnya. Ini adalah ciuman yang amat menikmatkan dilakukan sebagai hadiah pertama tanda kasih anda pada hari itu.

# Cumbuan Sekitar Wajah

Wajah isteri adalah antara anggota zahir yang dinilai tinggi oleh lelaki yang mementingkan kecantikan. Kaum perempuan pula amat mengambil berat tentang kecantikan wajahnya. Sebenarnya jika wajah dirangsang dengan betul, isteri akan mudah terbit berahinya. Cumbuan dan rangsangan wajah bukan sekadar bertujuan menerbitkan berahi malah membangkitkan sayang di sanubari isteri kerana merasa dirinya dihargai.

Ramai lelaki setuju bahawa wajah wanita adalah penentu kecantikan zahirnya.

Dalam Kitab Nikmat Syurga Dunia ada dicatat ‘Jangan lupa mencium kedua belah matanya guna menaikkan berahi perempuan itu. Bagi perempuan bukan di hujung rahimnya saja terletak anak kunci nikmat syurga dunia.’

Sila rujuk langkah-langkah ciuman Sekitar Wajah; langkah ke 6 akan fokuskan cumbuan ke rambut isteri, mahkota kecantikan wanita. Paling banyak tempat berahi ialah di tengkuk isteri iaitu di belakang tengkuk hampir dengan anak rambut, kawasan lekuk betul-betul di bawah telinga (lekuk rahang) dan kawasan di belakang cuping telinga. Seluruh telinga adalah kawasan yang sangat sensitif pada sentuhan, elok diketahui bahawa jika cuping telinga digeletek dengan hujung lidah, ia mampu menerbitkan tingkat berahi yang tinggi dan memudahkan isteri mencapai inzal.

Kitab Mujarrabat pula mempetuakan ‘Cium kening bawah (antara alis kanan dan alis kiri) dengan membaca Al-Fatihah 1 kali dan Surah Al-Ikhlas 1 kali.’

Dalam sebuah bukunya Tengku Adli Ambak mencatat ‘Rasulullah s.a.w. mengucup bibir isterinya dan menghisap lidah isterinya. Mengucup bibir dan menghisap lidah merupakan satu lagi nikmat kepuasan kepada isteri kita yang diberi oleh Allah s.w.t.’

Suami perlu memanfaatkan wajah isteri dengan cara membelainya dengan sebaik-baiknya bagi membuka pintu nafsu isteri satu persatu.

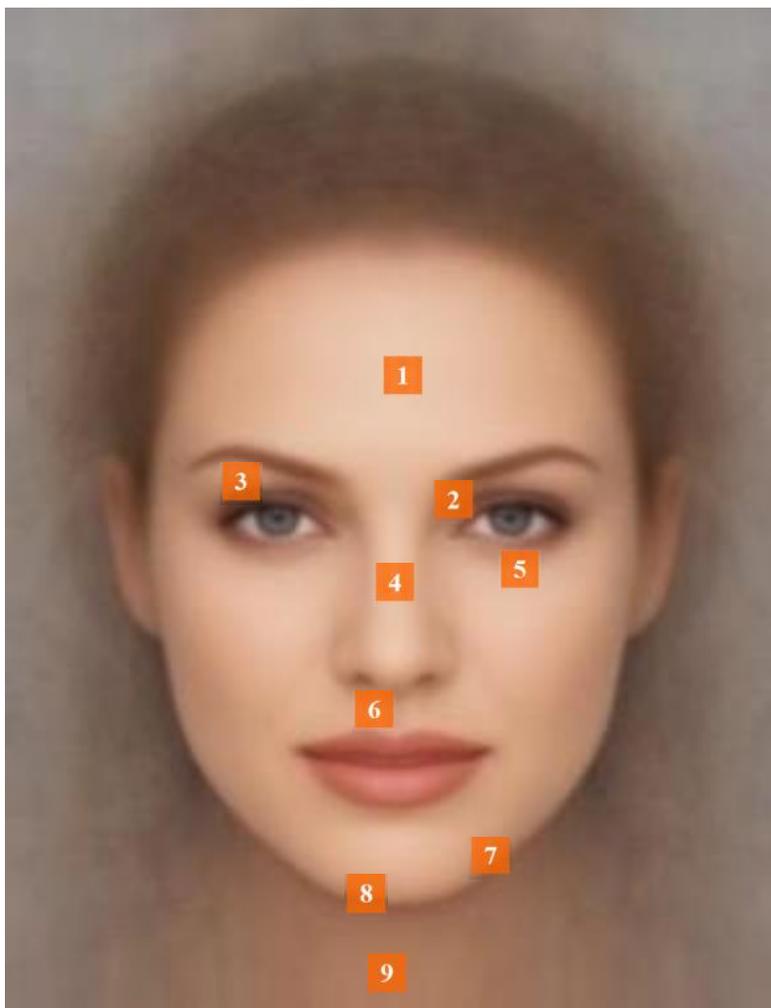
# Langkah Cumbuan Sekitar Wajah

Persiapkan diri agar bersih dan segar. Langkah-langkah ciuman terutamanya bagi Malam Pertama adalah seperti berikut:

1. Biarkan isteri duduk di birai katil, paling baik suami duduk di sebelah kanan isteri.
2. Dengan melakukan beberapa gerakan dalihan, suami mula mendekatkan mukanya ke muka isterinya.
3. Pegang isteri dengan lembut tetapi tegas, layani isteri dengan kata-kata manis dan lembut untuk meyakinkannya.
4. Letakkan tangan suami ke bahunya, jika dia tidak menolak tangan itu, ertinya dia memberi restu.
5. Bisikkan kata-kata pujian kepada isteri dan ini boleh dilakukan dengan cara tersendiri.
6. Suami menarik nafas dalam-dalam kemudian mendekatkan hidung ke rambut isteri sambil membisikkan lagi pujian. Lalu cium rambutnya menggunakan hidung.
7. Gunakan bibir pula untuk mencium kepalanya sambil menarik nafas dengan dalam. Letaknya ciuman itu ialah beberapa inci dari telinganya.
8. Dengan bibir suami, sentuh cuping telinga isteri dengan gerakan mengusap. Lakukan pernafasan yang lembut. Nafsu isteri akan bangkit akibat sentuhan dan nafas lembut ini. Nafas lembut itu patut ditujukan ke dalam telinga isteri. Jika isteri menjauhkan kepalanya, ulangi Langkah 6.
9. Pergi pula ke arah leher isteri. Menggunakan bibir, suami mengusap kawasan itu kemudian menyedut leher isteri dengan lembut. Lakukan berulang-ulang. Sedutan itu harus dilakukan dengan amat lembut.
10. Halakan bibir suami ke arah rahang di bawah telinga iaitu di lekuk rahang itu dan usap dengan bibir.
11. Tujui cuping telinga isteri, cium dengan halus dan lembut, terutama di belakang cuping telinga. Kemudian segera pergi semula ke lekuk rahang.
12. Cium pipi isteri dengan usapan bibir, ia dilakukan dari arah telinga hingga ke sudut bibir isteri. Kemudian cium lembut sudut bibir isteri.
13. Pergi ke bibir mulut isteri, usap menggunakan bibir kemudian tekan dengan bibir. Ciumlah hingga isteri seolah-olah tiada terdaya menahan keseronokannya,

    Sekiranya bibir mulut isteri adalah besar maka Langkah 13 itu dilakukan secara berulang-ulang dan fokus kepada keseluruhan bibir agar semua bahagian dapat nikmat yang setimpal.

# Kaedah Sentuhan Lidah

Lidah boleh digunakan bagi melakukan rangsangan ke wajah isteri. Masyarakat Timur mengetahui mengenainya. Berikut ialah kaedah yang digunakan bagi menjayakannya langkah demi langkah.

1. Suami mengucup lembut dahi isteri dengan kedua bibirnya.
2. Bawah kening isteri disentuh lembut dengan hujung lidah.
3. Atas pelupuk mata disentuh dengan hujung lidah, lembut.
4. Batang hidung dijilat ke arah bawah dengan hujung lidah.
5. Pelupuk mata sebelah bawah dijilat dengan hujung lidah.
6. Atas muncung mulut dijilat dengan hujung lidah.
7. Tepi dagu dijilat, juga dengan hujung lidah.
8. Dagu isteri dikucup dengan kedua bibir.
9. Dari dagu, jilat dengan hujung lidah hingga ke kerongkong.

Demikian seni sentuhan lidah untuk dipraktikkan sebaik mungkin.

# Tertib Memulakan Jimak

Bagi mempastikan bahawa isteri bersedia unluk memulakan jimak maka perlu difaliami mengenai Ghairah Faraj yang dinyatakan di dalam buku ini. Jika isteri sudah sedia maka terlib yang seterusnya adalah sebagaimana berikut. Kesemua fakta ini boleh dirujuk di dalam kitab 'Ubab, pemahaman mengenainya penulis dapati hasil belajar dari guru:

1. Sambil memegang puting susu isteri, masukkan zakar ke dalam faraj dengan tangan kanan, hukumnya sunat. Masukkan sekadar hasyafah (kepala zakar) kemudian bacalah:

   "Dengan nama Allah, Ya Tuhan kami jauhilah syaitan dari kami dan jauhkanlah syaitan itu daripada yang Engkau kurniakan kenikmatan kepada kami"

   Dengan membaea doa di atas, jika ditakdirkan dengan jimak itu mendapat anak maka tidaklah anak itu digoda atau diharu (mendapat sakit) syaitan selama-lamanya.

2. Kemudian carilah Makam Lazat, dengan memahami mengenai Makam Yang Lima. Ia bertujuan membuka dan memuaskan hingga inzal pintu-pintu kelazatan isteri. Menurut Ilmu Bayan Alan Nisa', suami patut memulakan dengan mencari-cari Pintu Laut (Makam Tengah), diikuti oleh Pintu Kiri, Kanan, Bawah dan Atas. Carilah pintu yang mana harus dimulai dengan melihat reaksi isteri. Jika dia terkejut bila ditusuk ke salah satu pintu itu maka mulakanlah dari situ. Perlu diingat bahawa Makam Yang Lima atau Nafsu Dalam itu berubah kedudukannya mengikut peredaran masa. Mungkin nafsu isteri tidak berada di dalam pada suatu waktu, dari itu maka lakukan apa yang digariskan di dalam Ilmu Insan iaitu mengenai Tiga Lubuk Nafsu, menerangkan tentang cara memberi nikmat pada isteri melalui Nafsu Dalam, Luar dan Nafsu Badan. Adalah sunat hukumnya untuk suami memberi inzal kepada isteri melalui setiap Makam Yang Lima.

3. Sunat hukumnya suami isteri menutup sekelian tubuh badan (di dalam selimut) ketika memulakan dan melakukan jimak.

4. Setelah dicari pintu mana yang harus dimulakan maka tusuklah zakar terus ke dasar faraj tanpa berdayung. Kemudian lakukan apa saja kombinasi Ilmu Insan hingga isteri inzal sebelum suami melakukan dayungan. Ketika isteri inzal, suami sunat memeluknya dan cium hidungnya. Bila badannya bergerak-gerak, menggeletar tubuhnya, cepat nafasnya dan mahukan suami berdayung maka hi sap lidahnya. Sampailah masa untuk meneruskan jimak

# Tertib Meneruskan Jimak.

1. Apabila isteri mahu didayung maka suami hisaplah lidah isteri, pertemukan nafas isteri dengan nafas suami sambil suami membaca ayat berikut di dalam hati sebanyak 3 kali:

   "Ya Allah Yang Maha Lemah Lembut"

2. Kemudian dayunglah dengan perlahan dan sehingga zakar suami meneecah dasar faraj (Batu Mcriyan). Puncak bagi kenikmatan peringkat inilah dipanggil Nikmaiul Ijad.

3. Di sepanjang suami menjimak isteri, adalah sunat hukumnya bagi suami menyukakan hati isteri, ini bertujuan membuka Pintu Nikmat Keenam.

4. Disunatkan bagi suami melakukan kebaikan, berlemah lembut, serta perlahan, berhati-hati dan timbangrasa. Ini bertujuan membuka Pintu Nikmat Ketujuh.

5. Datangi isteri dari posisi mana yang disukai. Makruh menjimak isteri dalam keadaan berdiri dan dari belakangnya. Haram menjimak dubur isteri.

6. Antara hukum lain yang elok diketahui ialah makruh bagi suami membuang kain selimul ketika jimak. Makruh juga jika suami itu menindih isteri dengan badannya hingga sukar bernafas. Makruh menyakitkan isteri ketika jimak. Makruh me I ilia t faraj isteri ketika jimak kerana menimbulkan rasa malu kepada isteri. Isteri juga makruh melihat zakar suami di kala ini, bagi menghormati suami. Adalali makruh untuk isteri berada di atas suami tatkala jimak, tabib Islam yang dahulu berkata bahawa ini boleh mendatangkau penyakit jika mazi isteri masuk ke lubang zakar suami. Makruh juga bagi suami sekiranya bereakap ketika jimak kerana ini mengganggu tumpuan kenikmatan.

7. Setelah satu persatu Makam Yang Lima dapat dipuaskan maka tugas suami adalah untuk bersama mencapai inzal dengan isteri. Walau pun inzal yang hendak disamakan itu bukanlah inzal pertama bagi isteri, inzal yang bersaing itu sekiranya disempurnakan akan menimbulkan kelazatan agung dan ini adalah puncak bagi kenikmatan jimak.

8. Ketika hampir keluar mani maka suami membaca doa seperti berikut dalam hati:

   “Segala pujian bagi Allah yang menciptakan manusia dari air, lalu Dia jadikan manusia itu punya keturunan dan musyaharah (hubungan kekeluargaan), Tuhan Maha Kuasa.”

## Tertib Ketika Keluar Mani dan Selepas Jimak

Sekiranya jimak dilakukan dengan mengikut tertib yang digariskan maka mungkin inzal suami berlaku paling cepat selepas 2 minit berdayung. Insya Allah, ia hanya akan berlaku lebih lambat dari masa yang dicatatkan di Barat, di mana di Barat, 75% lelaki akan terpancut maninya dalam masa 2 minit jimak.

Antara tertib semasa keluarnya mani suami sebagaimana yang digariskan di dalam Islam adalah sebagaimana berikut:

1. Sesungguhnya masa inzal ialah apabila suami itu, setelah mendaki puncak jimak, tidak dapat lagi mengawal kegelian dan ngilu rangsangan jimak. Ini adalah rasa kenikmatan yang agung tapi ia cuba dilambatkan proses sampainya oleh boleh dikatakan semua lelaki kerana selepas inzal, hanya sedikit kemungkinan zakar boleh meneruskan tusukan dayungan. Semasa inzal -tubuh suami akan berasa gementar, terdapat perasaan puas kerana mani dilepaskan dan setelah itu zakar akan mulai mengendur. Mungkin juga berlaku keadaan di mana inzal lelaki berlaku dua atau tiga kali sebelum ianya mengendur tetapi perkara ini jarang berlaku.

2. Sewaktu terpancamya air mani suami maka sunat untuk suami membaca doa berikut di dalam hati:

   " Ya Allah, jadikan mani kami ini keluarga yang baik"

3. Elakkan dari mengadap diri ke arah kiblat ketika suami itu memancutkan mani.

4. Disunatkan bagi suami dan isteri menyapu saki baki mani pada zakar dan faraj dengan kain bersih yang telah disediakan. Paling elok jika kain itu adalah berasingan.

5. Sunat bagi suami mengambil air dari dalam bejana yang telah disediakan semasa sebelum jimak dan menyapukannya pada muka dan kedua tangan isteri, agar dia beroleh kesegaran.

6. Sunat hukumnya bagi suami mengambil air ludah pada langit- langit kemudian disapukan pada zakar sebelum suami basuhkan dengan air bejana terse but.

7. Sunat bagi suami memakai semula pakaian sambil bereumbuan dan bersuka-suka dengan isteri.

8. Sunat hukumnya bagi suami membasuh zakar dan mengambil wuduk sebelum mandi junub. Sunat bagi suami dan isteri itu menyapu air sedikit demi sedikit pada sekelian anggota sebelum mandi junub. Sunat hukumnya jika mandi junub dapat dilakukan secepat yang termungkin, bersama isteri.

# Ilmu Nisa'

Ilmu Nisa' adalah rentetan kaedah-kaedah bagi merangsang nafsu berahi isteri agar mani isteri dapat terpancar dengan pantas sewaktu jimak dan dengan itu dapat memberikan kenikmatan yang lebih tinggi kepada isteri secara relatif. Ia ilmu mengenai perempuan dan cara merangsang kawasan-kawasan yang mudah berahi di tubuhnya selepas istimta" dan sebelum jimak. Ia dapat menolong suami agar tidak mudah kecundang dalam jimak. Ada berbagai bayan yang dicatat, pilili satu untuk sekali perlakuan jimak. Ikut langkah demi langkah.

Bayan Syamsun Nisa'.

a. Bila menyentuh isteri, mula-mula cium kedua telinga isteri berturut-turut selama 3 kali.
b. Raba pehanya.
c. Raba payudaranya.
d. Raba belakangnya dengan dua tangan bermula dari tengkok membawa ke sulbinya 3 kali berturut-turut.
e. Raba punggungnya dengan perlahan-lahan.

Lakukan dengan sempurna kaedah ini, nescaya keluar maninya dan dia akan beroleh nikmat.

Bayan Ya'rifu Haz Zaujah

a. Dekati isteri, raba susunya hingga dia khayal.
b. Pegang tangannya dan ramas lembut akan tangannya hingga tangannya memegang tangan suami.

Jika dilakukan dengan sempurna maka akan bergeraklah anggotanya dan lemah segala tulangnya dan maninya akan keluar.

Bayan Jima'u 'Alan Nisa'

a. Dudukkan isteri di atas kerusi atau tempat sepertinya.
b. Cium hidungnya hingga dia khayal.
c. Cium dadanya berturut-turut selama 3 kali.
d. Pegang kedua hujung putingnya.
e. Cium ulu hatinya, lakukan dengan sebaik-baiknya.
f. Gerak-gerakkan zakar di tepi-tepi Laut (tepi lubang taraj), di sana ada apa yang dipanggil Alam Zat.
g. Temukan zakar dengan purananya.
h. Pegang dan gisal dengan kuat purananya dengan kedua tangan.
i. Ramas kedua puting susunya.

Wati isteri bermula dari Pintu Laut (Pintu Tengah) kemudian Alam Salamah (Pintu Kiri) dan Alam Maimunah (Pintu Bawah) dengan bersungguh-sungguh dan baik maka isteri akan tunduk nafsunya dan akan keluar maninya.

Bayan Wati'u 'Alan Nisa'

a. Suami dan isteri memulai dengan membaca Dua Kalimah Syahadah.
b. Cium hidung isteri.
c. Ramas putingnya. ,
d. Pertemukan zakar dengan purana, jangan gerakkan zakar hinggalah terbuka Pintu Kedelapan dari nafsu isteri.

Jika dilakukan dengan sempurna maka dia akan memperolehi nikmat yang lazat.

Bayan Wati'u Ala Niatil Qu'ud

a. Bila hendak merapati isteri, dudukkan dia atau baringkan di riba.
b. Cium isteri dengan ciuman istimta Sifatun Naum. Melalui ciuman ini
akan terbuka satu persatu nafsunya.
c. Dudukkan isteri di atas kerusi, pegang hujung putingnya dan main-mainkan hujung puting itu.
d. Bawakan isteri dan baringkan dia di tempat yang lembut.
e. Bila hendak jimak, isteri hendaklah baring terlentang, digalangkan bantal di bawah pinggang isteri sekadar empat jari tingginya.
f. Bukalah kancing bajunya dengan perlahan.
g. Bacalah doa menghalang syaitan.
h. Masukkan zakar sehingga tenggelam hasyafah dahulu maka permainkan sekadar itu dahulu hingga keluar air mazi yang yang banyak dan mungkin juga akan keluar apa yang dipanggil Nisa'u Ibtida'u Rahiim, rupanya seperti putih teiur ayam, hangat rasanya bila ia keluar dan ia amat baik bagi kesihatan suami.
i. Masukkan zakar terus, jangan berdayung pada n.ulanya sehinggalah isteri inzal buat kali pertama.
j. Peluklali dia.
k. Cium hidungnya.
1. Jika telah nyata alamat bahawa dia mahu dijimak seterusnya maka hisap lidah isteri dengan mulut suami.
m. Sedut nafas isteri dengan perlahan-lahan.
n. Berdayunglahjangan berdayung dengan laju tetapi tusuklah dalam-dalam kemudian tarik hingga hampir-hampir kepala zakar terkeluar.

Menurut ulama', cara-cara di atas adalah tertib jimak yang telah dilakukan oleh Nabi Muhammad s.a.w. untuk panduan kita semua. Ilmu Nisa' ini jika dilakukan dengan sempurna mengikut langkah yang dicatatkan, akan dapat memberi nikmat yang sukar digambarkan dengan kata-kata. Hanya melalui mempraktikkannya saja barulah pembaca mengetahui kelebihannya. Bayan-bayan sebagaimana di atas amat berkesan, ia membuka pintu-pintu nafsu yang biasanya sukar untuk dibuka oleh si suami. Semoga pembaca memahirkannya.

# Rahsia Dan Praktik Ilmu Insan.

Ilmu Insan adalah pengetahuan mengenai bagaimana mencari tempat

nikmat alau tempat nafsu berahi isteri pada hari yang berkaitan dengan perlakuan jimak itu. Nafsu ghairah isteri berubah kedudukan dari masa ke semasa. Pengetahuan tentang ini diajarkan juga oleh orang Melayu dan dapat dikesani bahawa ia bermula dari ajaran Al-Fadhil AJimad bin Sulaiman Karpal Basya dari Kitab Al-TJbab dan telah diterjemalikan ke dalam bahasa Melayu di dalam kitab Hukum Jimak. Ilmu Insan berkisar pada membicarakan tiga bahagian nikmat pada isteri iaitu Nikmat Dalam, Nikmat Luar dan Nikmat Badan:

1. Jika mahu memuaskan Nikmat Dalam (dalam lubang faraj) maka tusuklah zakar hingga betul-betul ke hujung Tanjung Besar (Batu Meriyan atau Dasar Rahim menurut orang Melayu dan Cervix atau Womb Mouth menurut istilah Inggeris). Berhentilah di situ dan bermain-nlain dengan memusing-musing zakar pada tiap-tiap bilik di Hujung Tanjung itu. Hati-hatilah agar jangan sampai berdayung pula. Lihatlah reaksi isteri apabila melakukan perkara ini, jika tiada berahi maka keluarkanlah zakar, lakukan pula praktik di bawah ini.

2. Gisalkan purana dengan perlahan-lahan menggunakan Hujung Kalam (Hujung Zakar) anda. Di situlah beradanya Nikmat Luar. Nikmat Luar itu berada di atas daging yang berupa seperti Biji Keladi (sebelah atas purana), di mana terdapat satu urat di situ seperti jarum dipanggil Urat Jarum maka kenakanlah Hujung Kalam pada urat itu. Keduanya berada pada daging yang berupa Biji Keladi itu sendiri (Purana kiri dan kanan atau Labia Minora). Maka kangkangkan dengan tangan dan gisalkan pelahan-lalian betul semasa mempertemukan Urat Jarum itu dengan Hujung Kalam. Tempat pertama tadi diberahikan dengan menggunakan Hujung Kalam sementara tempat kedua menggunakan jari-jari. Dengan hal yang demikian maka akan gementarlah anggota isteri. Di tempat itulah terdapatnya tempat keluar mani yang dipanggil Nisa' Allah. Sekiranya tiada tampak berahi maka lakukan pula perkara di bawah ini.

3. Pergi pula ke Nikmat Badan dengan menggentel Payudara isteri dan bermain-main pada tubuhnya. Gentel dengan betul, gentelan itu haruslah dengan amat lembut sekali seakan-akan antara kena dengan tidak, jika tidak dilakukan dengan betul mungkin sukar baginya mencapai inzal. Setelah itu barulah jimak.

Semua perkara di atas dilakukan kerana suami tidak pasti sama ada di hari tersebut nikmat berada di dalam, di luar atau di badan isteri; dan jika ia berada di dalam pun, tidak dapat dipastikan sama ada di makam kiri, kanan, atas, bawah atau tengah. Kerana itulah tempat nikmat dicari. Apabila kena pada tempat nikmat maka tubuh isteri akan gementar, tiada tertahan dia merasai kenikmatan itu dan dengan izin Allah, dia tidak sedarkan hal keadaan dirinya. Suami harus bersabar dan menunggu isteri inzal di tempat nikmat, barulah berdayung.

# Seni Kunci Damai

Berikut adalah sedutan dari sebuah kitab seni jimak Melayu berjudul Kunci Damai. Kitab ini ditulis dalam ejaan Jawi dan dicetak sekitar tahun 1950'an semasa Tanah Melayu masih di bawah pemerintahan penjajah Inggeris. Dicatat di sini dengan gaya bahasa yang telah disesuaikan untuk zaman sekarang:

Untuk membolehkan isteri amat kasih kepada suami serta setia dan taat kepada suaminya maka praktikkanlah seni ini. Dahulunya iaitu Seni Istimta' ada 4 langkah sementara di dalamnya atau Seni Jimak ada 4 langkah. Langkah-langkah itu ialah:

Kunci Damai mendedahkan rahsia Ibu Nafsu Perempuan.

1. Cium dua lubang telinganya kemudian hembuskan dengan lembut nafas dari hidung kita ke dalam lubang telinganya. Lakukan beberapa kali.
2. Cium taraibnya iaitu dadanya yang berada antara dua payudaranya dengan mesra beberapa kali.
3. Cium pada pusatnya beberapa kali.
4. Cium di atas tundunnya serta kenakan hujung hidung suami pada Biji Keladi isteri. Kawasan yang dirangsang ini ialah kawasan Biji Keladi dan Titik Bayang. Ini adalah kaedah rangsangan yang terlebih baik kerana akan segera berhimpun nafsunya yang 99 itu di taraibnya.

Seni Jimak pula ada 4 langkah iaitu:

1. Temukan Biji Keladi isteri dengan Biji Zakar suami. Permainkan dengan perlahan-lahan menggunakan kepala zakar untuk beberapa lama hingga nampak perubahan ketara meningkatnya ghairah isteri baru lakukan langkah ke 2.
2. Tawafkan kepala zakar suami ke dalam faraj isteri iaitu ke arah atas dan ke arah bawah serta ke kiri dan ke kanan. Bila jelas dilihat 'naik gemar' atau meningkatnya ghairah isteri, lakukan langkah ke 3.
3. Masukkan zakar suami sebahagian saja, sorong tarik beberapa kali tapi pastikan ia tidak ditarik keluar hingga habis. Lakukan beberapa kali. Apabila bersangatan tanda ghairahnya barulah teruskan untuk menusuk jauh ke dalam farajnya tetapi berdiam diri di sana melainkan kepala zakar saja yang digerakkan perlahan-lahan. Sambil itu tekan dada isteri dengan dada suami dengan perlahan-lahan. Temukan hidung suami dengan hidung isteri. Hisap lidah isteri dengan perlahan-

lahan. Sewaktu nafas isteri keluar maka suami menyedut nafas itu dengan hidung juga. Bila isteri menyedut nafas pula, hantarkan nafas suami ke hidungnya perlahan-lahan.

4. Jika suami hendak mengenakan Zakar Perempuan, lunjurkan kedua kaki isteri. Kaki suami berada di atas kaki isteri. Tangan suami pula berada di atas tangan isteri. Pancakan kedua tangan suami ke tangan isteri. Selepas itu suami gerakkan punggung perlahan-lahan dan berdayung. InsyaAllah akan bangun Zakar Perempuan. Ianya halus seperti rambut dan ia akan masuk ke dalam zakar suami. Itulah Ibu Nafsu Perempuan dan sifat nafsu itu amatlah garang.

SELOKA KUNCI DAMAI

*‘Petua hikmahnya di dalam kitab ini, cuba faham serta rawani, terbuka pintunya masuklah mani, empat dahulunya wajib layani’.*

*‘Taraibnya itu wajib difahamkan, empat di dalamnya jangan diabaikan, bunga dan rahim itu dikenakan, baru puas seperti anak disusukan’.*

*‘Lazat perempuan kadar petua dan ilmu, kasih isterinya tidaklah jemu, bunga dan rahim sudah bertemu, nyawa dan hartanya terserah padamu’.*

*‘Ini nasihat tidaklah dusta, Qur’an dan Hadis sudah berkata, bukanlah perempuan besarkan harta, nafsunya 99 hendaklah rata’.*

*‘Hamba beristeri 172, banyaklah kali ada bersua, lelaki dan perempuan satunya jiwa, wajib belajar ini petua’.*

*‘Di dalam kitab ini sudah sedia, cuba amalkan bertemulah dia, dengan lemah-lembut perbuatan dan gaya, barulah bertemu nafsunya dia’.*

*‘Serta tanyakan sedikit sebanyak pada guru, jangan nafsu sangat diburu, nanti isteri jadi keliru, perkataan yang lemah-lembut hendak menyeru’.*

*‘Habis nasihat jalan perempuan, jika lelaki wajib dirawan, jadilah kita orang dermawan, lelaki dan isteri jadi setiawan’.*

Dari rujukan-rujukan penulis, hanya kitab ini yang ada menyebut mengenai Zakar Perempuan yang rasanya seperti rambut dan ia masuk ke dalam zakar suami. Zakar Perempuan ini juga dicatat sebagai amat garang sifatnya dan ia adalah Ibu Nafsu Perempuan. Posisi yang membolehkan suami merasai Zakar Perempuan ini ialah sebagaimana Posisi Senggama Cumbu Tangan yang ada dicatat di bahagian Posisi Jimak.

# Membangkitkan Syahwat Suami.

Bagi suami yang dingin syahwatnya atau lemah syahwat, isteri boleh menolong unluk membangkitkan keghairahan suami agar dia berupaya melakukan jimak. Namun begitu, sekiranya suami dalam keadaan yang normal, cara-cara ini tidak perlu dilakukan.

1. Sentuh dengan lembut seluruh badan suami tanpa disentuh zakarnya. Sapa dadanya, sentuh puling tetek dengan hujung jari, bawa jari itu merayap ke bawah hingga bermain di kemaluannya. Sentuh peha dengan kakinya, sentuh bahagian dalam pehanya dengan lembut hingga bahagian kemaluannya. Jika zakarnya belum cukup menegang, cuba langkah kedua.
2. Ubah cara, belai kemaluannya dan buah zakarnya, lalu bermain di situ dengan lama.
3. Sentuh perlahan-lahan cuping telinganya berkali-kali. Telinga amat sensitif pada sentuhan bagi setengah lelaki kerana sarafnya berhubung terus dengan kemaluan.
4. Buat seperti bulatan di bahagian ketiak, gunakan hujung jari, kecilkan bulatan hingga menjadi garisan bila mendekati bawah ketiak kemudian balik semula ke puling teteknya.
5. Sentuh puling tetek dengan hujung jari, gentel dengan menggunakan hujung jari dan jari tengah.
6. Sentuh bahagian perut dengan perlahan-lahan. Gosok perut suami dengan menggunakan lapak tangan.
7. Teruskan sentuhan ke bahagian kemaluannya. Kemudian uli dengan perlahan-lahan.
8. Sentuh bahagian dalam peha suami dengan hujung jari. Garis-gariskan dengan hujung kuku.
9. Pegang buah zakar. Ramas perlahan-lahan dan dengan cara yang lembut agar jangan sampai menyakiti.
10. Sentuh kepala kepala zakar dengan hujung jari. Pusing-pusingkan pergerakan jari dari kepala zakar hingga ke batang dan balik semula ke kepala zakar.
11. Gosok bawah kepala zakar dengan perlahan-lahan menggunakan hujung jari.
12. Genggam batang zakar dengan tangan, gosok ke alas dan ke bawah dengan lembut dan perlahan.
13. Ajak suami untuk berjimak dengan pujuk rayu menggunakan suara yang lembut menawan. Suara lembut dapat menolong membangkitkan syahwat suami.

# Petua Cina Kuno Melambatkan Pancutan Mani.

Pancutan mani sebelum masa adalah subjektif kepada perkara berikut:

a. Kesihatan fizikal suami.
b. Suhu udara sekeliling semasa jimak berlangsung.
c. Berapa lama jarak masa antara jimak kini dan dahulu.
d. Lama masa yang diambil bagi melakukan istimta.
e. Posisi jimak.
i". Kelajuan atau tempo dan cara dayungan.
g. Kesihatan psikologi suami.
h. Jenis makanan, minuman dan cara bernafas.

Masyarakat Cina dahulukala telah menemukan cara yang baik bagi menahan mani dari terpancut terlalu awal. Mereka mendapati bahawa perkara-perkara yang diatas tadi mendatangkan kesan terhadap buah zakar. Maka mekanisma yang menjadi rahsia cepat atau lambatnya pancutan mani berada di situ iaitu dengan membelai dan memegangnya. Berikut adalah langkah-langkahnya:

a. Mulakan proses ini bila zakar suami kelihatan tegang dengan pertolongan isteri. Usah dilakukan istimta terlalu lama, ini akan menjadikan suami terlalu ghairah.

b. Isteri menggenggam buah zakar suami dengan lembut dan berhati-hati. Jangan digenggam terlalu kuat, nanti akan menyakitkan.

c. Jangan sekali-kali isteri memegang batang zakar suami di sepanjang jimak ini.

d. Dengan perlahan-lahan, isteri memasukkan zakar suami ke dalam farajnya dengan menggunakan buah zakar suami sebagai pemegangnya.

e. Mulakan dayungan dengan menusuk perlahan dan menarik dengan cepat.

f. Paling baiknya buah zakar suami hendaklah selalu dipegang oleh isteri disepanjang masa dayungan.

g. Apabila suami terasa geli atau ngilu tanda mahu inzal maka disuruh isteri mengeluarkan zakar dengan memegang buah zakar sambil menarik sedikit buah zakar itu ke bawah. Lakukan dengan agak perlahan dan lembut.

h. Suami menarik nafas panjang dan menunggu hingga perasaan kembali tenang.

i. Apabila suami kembali tenang maka isteri memasukkan semula zakar itu ke dalam farajnya sebagaimana cara diatas.

j. Apabila inzal mahu dicapai serentak dengan isteri maka dayungan itu diteruskan saja.

Jika cara ini dilakukan dengan betul maka suami akan dapat menahan mani hingga 30 minit lamanya, barulah mencapai inzal. Petua ini baik diamalkan sekiranya suajni mempunyai masalah sedemikian terutamanya bagi pasangan yang baru mendirikan rumahtangga kerana keghairahan amat tinggi di kala itu. Selamat meneuba

# Senggama Petua Guru.

Berikut adalah perlakuan jimak yang khas petua dari seorang guru Ilmu Senggama Melayu bagi membangkitkan rasa nikmat yang unggul ke atas isteri. Setelah isteri menunjukkan tanda-tanda ingin dijimak, lakukan perkara-perkara berikut:

Mengambil Rusuk.

Sebelum istimta maka dakap isteri dengan menemukan rusuk kiri suami dengan rusuknya, sainbil menarik nafas dengan cepat, isyaralkan bahawa seolah-olah suami menarik tepi rusuk kanan isteri dengan tangan kanan dalam keadaan seperti berjabat. Kemudian bawa tangan suami itu ke rusuk kirinya sambil menyisipnya ke rusuk kiri suami. Dalam hati menyebut "Aku Adam, engkau Hawa, aku hendak hak aku balik".

Mengetuk Pintu Rahim.

Tusuk 3 kali ke bibir bahagian luar faraj bahagian kiri sambil membaca zikir "Ya Rahiim" 3 kali kemudian ulangi pula dengan bibir luar sebelah kanan 2 kali dengan zikir yang serupa, dibaea 2 kali.

Tusukan Biji Zakar.

Tekan kepala zakar suami ke Biji Purana isteri. Biji zakar berada di hujung kepala zakar, betul-betul di atas lubang  kencing.

Bacaan Doa Jimak

Baca Bismillah dan diikuti dengan doa mengusir syaitan kerana jimak akan dimulakan.

Mencari Makam Lazat.

Kaedah mencari Makam Lazat ialah seperti mana dicatat dalam tajuk Makam Yang Lima.

Tusukan Kelemasan (Tusukan Tapa)

Setelah bertemu Makam Lazat, tusuk terus zakar ke lubang faraj sehinggalah tenggelam semua batang zakar, zikirnya "Ya Rahmaan".

Menongkat Lidah.

Sebelum berdayung tongkatkan hujung lidah suami ke langit-langit sambil niat dalam hati "Tidak turuh lidah aku, tidak turun mani aku". Bila rasa ngilu, berhenti berdayung, tarik nafas dalam-dalam dan selawat* kepada Nabi Muhammad s.a.w. 3 kali benurut-turut, baharu disambung semula. Jika hendak keluarkan mani, baharu turunkan lidah.

Geselan Puncak.

Untuk melambatkan keluar mani dan melazaikan isteri, bila berdayung tekankan zakar ke arah biji purana isteri. Tusuk perlahan, tarik laju. Isteri akan cepat inzal, suami akan lambat inzal.

Perlu dicatatkan bahawa perkara-pekara di atas hanyalah berupa petua Melayu. Tiada dijumpai sebarang Kitab Islam yang membincangkannya setakat tajuk ini ditulis.

# Teknik Memasukkan Zakar Dan Berdayung.

Setelah suami melakukan istimta dengan sempurna iaitu apabila isteri telah menunjukkan tanda mahu dijimak, sama ada nafasnya kencang atau badannya atau farajnya bergerak-gerak atau matanya terbalik maka lakukanlah perkara-perkara berikut:

1. Mengetuk Pintu.

   Cueuk tiga kali di bibir faraj atau labia majora sebelah kiri faraj isteri dan baca "Ya Rahiim" sebanyak tiga kali. Ulang dengan sebelah kanan pula dua kaJi dengan baeaan yang saina. (Petua)

2. Melagakan Biji Zakar.

   Tekan biji zakar anda supaya kena pada Biji Purana, ulangi tiga kali (petua),kemudian sampailah masanya anda mem baca doa untuk berjimak.

3. Mencari Makam Lazat.

   Ada lima makam kesemuanya yang telah anda ketahui. Cueuk zakar anda ke salah satu pintu itu, lihat reaksi isteri, jika di lihat atau dirasa bahawa isteri terkejut dengan tusukan itu maka jimak menerusi makam itu hingga dia inzal. Kemudian anda cari pula pintu lain hingga semua pintu dipuasi. (Ada dicatat di dalam Kitab)

4. Zikir Kemasukan.

   Bila berjumpa makam lazat buat kali pertama itu, masukkan zakar anda hingga habis sambil berzikir "Ya Rahmaan". (Petua).

5. Tusukan Bersongket.

   Untuk melambatkan keluar mani dan melazatkan isteri maka anda tekankan batang zakar anda ke Biji Purana isteri apabila anda berdayung. Sila tusuk zakar dengan perlahan tapi sila tarik dengan cepat. Ini menolong mempereepatkan isteri inzal dan melambatkan anda dari inzal. Cara ini kadangkala dinamakan Hayun Petai. Lakukanlah dengan sebaik-baiknya, ia banyak memberi faedah kepada anda. (Petua)

# Seni Dayungan Selam Mutiara

Ini adalah petua Dayungan Selam Mutiara iaitu satu petua dayungan yang dapat memberikan nikmat yang tinggi dua kali atau tiga kali ganda kepada isteri. Dayungan Selam Mutiara ini juga adalah kaedah yang dapat membantu suami agar tahan lama bila berjimak.

Mutiara dalam tiram

Dayungan ini dilakukan ketika berdayung ke Makam Yang Lima. Suami akan melakukan dua bentuk dayungan iaitu Selam Dangkal dan Selam Dalam. Kecondongan dan kedalaman dayungan akan merangsang isteri dengan lebih berkesan menyebabkan isteri mampu mencapai inzal yang hebat banyak kali dan berulang dalam masa yang singkat.

Selam Dangkal adalah dayungan yang mana zakar hanya masuk sekadar kawasan Titik Lazat Cita iaitu sekadar 1 1/2 hingga 2 inci ke dalam faraj. Kawasan ini adalah kawasan yang paling sensitif dalam saluran faraj wanita.

Selam Dalam pula adalah dayungan yang mana zakar suami akan menusuk sedalam yang boleh hingga ke Batu Meriyan.

Dayungan Selam Mutiara melakukan dayungan dengan kombinasi-kombinasi sebilangan Selam Dangkal dan Selam Dalam yang tertentu. Sebagai contoh

suami boleh melakukan Dayungan Anak Ayam Turun Sepuluh iaitu 9 kali Selam Dangkal yang dilakukan dengan pantas disusuli dengan 1 kali Selam Dalam yang dilakukan secara perlahan.

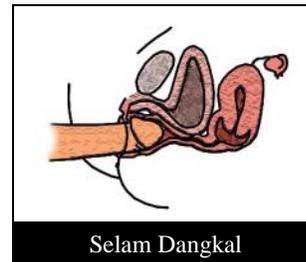
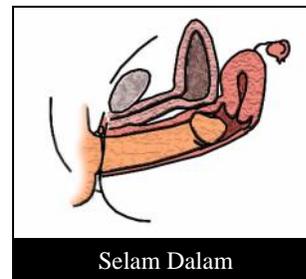
Selam Dangkal

Rahsianya ialah bila Selam Dangkal dilakukan, ia akan merangsang dinding faraj di sekitar kawasan Titik Lazat Cita dan dalam masa yang sama ia menyebabkan faraj isteri menyedut dan mendambakan Selam Dalam. Bila Selam Dalam dilakukan, isteri akan terkejut akibat keseronokan yang berbeza itu. Bagi suami pula, Selam Dangkal akan merangsang sebahagian kecil saja dari batang zakar dan kerana itu suami mampu jimak lebih lama.

Selam Dalam

Dengan menumpukan perhatian kepada Dayungan Selam Mutiara ini, maka nafas dan juga saraf-saraf zakar anda akan dapat bertahan lama dan jimak boleh berlangsung berjam-jam. Jimak yang berlaangsung lama dengan keadaan yang terkawal ini akan meningkatkan kenikmatan suami dan isteri hingga ke tahap fana. Bila mencapai tahap fana, kenikmatan yang dirasa itu amat tinggi hingga diri akan seolah-olah berasa hairan.

KAEDAH MULA BERDAYUNG

Dayungan Jimak mempunyai seni yang tersendiri

Sebelum mula berdayung, pastikan bahawa isteri sudah benar-benar bersedia untuk dijimak. Lakukan istimta secukupnya dan jika boleh pastikan isteri telah inzal sebelum zakar mula dimasukkan. Baca Basmalah dan doa penolak syaitan. Kemudian masukkanlah zakar dengan perlahan sekadar hasyafah.

Mulakan dayungan Selam Dangkal. Bolehlah lakukan hingga 9 kali dayungan. Usah berdayung laju pada peringkat permulaan. Ini akan membolehkan isteri berada dalam keadaan bersedia.

Kemudian lakukan Selam Dalam. Sorong zakar anda keseluruhannya jauh ke dalam faraj isteri. Ini akan menyebabkan isteri seolah-olah terkejut. Pada peringkat awal, elakkan dari menusuk terlalu kuat. Kekuatan tusukan sebaik-baiknya ditingkatkan kemudian nanti.

Ketika suami lakukan Selam Dalam maka udara dalam faraj isteri akan keluar. Bila Selam Dangkal dilakukan maka isteri akan terasa farajnya menyedut, dan ia akan merangsang dinding faraj dengan lebih berkesan. Kerana itu elakkan dari menarik zakar hingga ia tercabut keluar.

Anak Ayam

DAYUNGAN ANAK AYAM TURUN SEPULUH

Perlu diingat bahawa tempo dan lengguk dayungan perlulah sesuai dengan selera isteri dan anda sendiri. Lakukan dengan bersahaja, jangan terperangkap dengan kesibukan mengira dayungan kerana ini akan menjadikan gerakan itu seperti robot. Anda boleh lakukan Dayungan Anak Ayam Turun Sepuluh dengan kombinasi 9 Selam Dangkal 1 Selam Dalam dulu. Bila anda sudah memahirkannya, dan telah dapat mengawal ketahan anda, bolehlah dilakukan 5 Selam Dangkal 1 Selam Dalam atau sebagainya. Lebih mahir anda mengawal ketahanan diri maka lebih sedikitlah Selam Dangkal yang boleh dilakukan.

Lesung Batu

DAYUNGAN TUMBUK LESUNG

Ini adalah dayungan yang mana zakar anda dimasukkan jauh ke dalam faraj isteri dan ditarik hingga hampir keluar. Semua dayungan adalah Selam Dalam. Dayungan ini apabila dimahirkan akan membantu suami tahan berjimak dan menyebabkan isteri mencapai inzal dengan cepat dan berulang-ulang. Kaedah dayungan ini merangsang Biji Keladi isteri dengan berkesan menggunakan pangkal atau

bumi zakar. Oleh kerana Biji Keladi adalah antara lubuk yang paling peka di Nafsu Luar, dayungan ini akan meningkatkan kenikmatan isteri ketika berjimak.

Dayungan Tumbuk Lesung adalah amat sesuai dilakukan ketika isteri hampir mencapai inzal. Wanita gemar jika semasa dia inzal zakar suami berada jauh dalam farajnya dan Biji Keladinya sedang dirangsang atau ditekan.

## DAYUNGAN YANG BERBAGAI

Lubuk Nafsu dalam faraj wanita adalah seolah-olah satu misteri yang menunggu untuk diterokai. Ilmu jimak kuno sudah sedia mengetahui bahawa wanita sebenarnya punya banyak Makam Lazat di dinding farajnya. Suami yang tahu seni jimak tidak akan hanya menyorong dan menarik zakarnya tapi meneroka dan mencucuk-uji ke berbagai sudut dalam saluran faraj itu serta mempastikan semua bahagian faraj disentuh. Makam Lazat ini berubah-ubah kedudukannya. Kerana itu suami perlu mencari Makam Lazat ini untuk membolehkan isteri mencapai kenikmatan tahap fana.

## DAYUNGAN SEMBILAN

Berikut adalah Dayungan Sembilan iaitu kaedah-kaedah dayungan yang boleh diselang-selikan oleh suami untuk memberikan rasa kenikmatan yang berbagai kepada isteri:

1. TIKAMAN PANGLIMA – suami menusukkan zakarnya ke Makam Kiri kemudian ke Makam Kanan secara bersilih ganti hingga isteri mencapai inzal.
2. RAJA UDANG MENYAMBAR – suami menarik zakarnya perlahan kemudian menusuknya jauh ke dalam faraj dengan laju.
3. CAMAR BERMAIN – suami menyorong dan menarik zakarnya kadang Selam Dalam dan kadang Selam Dangkal.
4. PIPIT MEMATUK PADI – suami melakukan Selam Dalam kemudian mengacah dengan Selam Dangkal sebagaimana burung pipit mematuk padi.
5. BATU TENGGELAM DI LAUT – suami melakukan beberapa Selam Dangkal kemudian beberapa Selam Dalam dan menghalakan tusukan itu dari kiri membawa ke kanan sedikit demi sedikit.
6. ULAR MASUK LUBANG – suami menusukkan zakarnya dengan perlahan melakukan Selam Dalam bagaikan ular sedang masuk ke dalam lubang. Bila menarik juga gerakannya perlahan.
7. TIKUS TERKEJUT – suami menusukkan zakarnya dengan cara menerpa bagai tikus terkejut dan lari masuk ke dalam lubang. Bila menarik keluar, zakar ditarik perlahan seolah-olah tikus mengendap jika masih ada bahaya.

8. HELANG MENYAMBAR ARNAB – zakar ditusuk Selam Dangkal kemudian di layangkan ke kiri atau ke kanan, tiba-tiba zakar itu menyambar ke Batu Meriyan.
9. PERAHU DIPUKUL RIBUT – suami menarik zakarnya, kemudian menyusup jauh sambil menyodok ke Makam Atas bagai perahu sedang dipukul ribut di tengah laut.

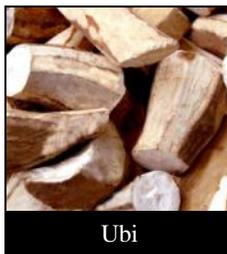
Pusing

DAYUNGAN BERPUSING

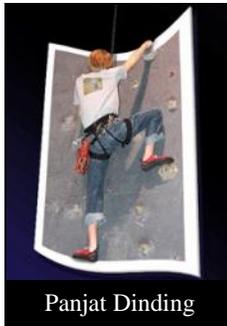
Sekiranya anda lelaki yang mempunyai pinggang kuat dan tahan berjimak, bolehlah dilakukan Dayungan Berpusing. Ia adalah kaedah berdayung bila mana anda menusuk ke faraj isteri, anda akan menggerakkan seluruh pinggul anda berpusing sama ada mengikut jarum jam atau sebaliknya dan anda boleh menggilirkannya.

Apabila anda lakukan dayungan-dayungan Selam Dangkal, lakukan Dayungan Berpusing ini agar zakar anda merangsang Makam Kanan, kemudian Makam Kiri, atau sebaliknya. Bila anda lakukan Selam Dalam, lakukan cara yang sama. Teruskan Selam Dangkal dan Selam Dalam sambil meneruskan Dayungan Berpusing, buat pusingan kecil, pusingan besar, ke Makam Kiri, ke Makam Kanan.

Jika Dayungan Berpusing ini dilakukan dengan betul, anda akan merasa nikmat kerana anda berpeluang meneroka setiap sudut dalam faraj isteri. Isteri anda pula akan merasa lebih nikmat. Namun begitu, kerana ia mendatangkan rasa amat nikmat, anda sendiri mungkin bermasalah untuk menahan diri dari inzal. Kerana itu bolehlah berlatih mengemutkan otot dubur anda bagi membolehkan anda menjayakan Dayungan Berpusing ini.

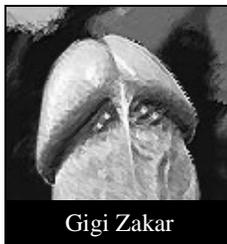
Ubi

DAYUNGAN GALI UBI

Ini adalah kaedah dayungan bila mana suami menusukkan zakarnya ke faraj isteri dengan perlahan Selam Dangkal pada mulanya dan berakhir dengan Selam Dalam yang bertenaga bila isteri mahu inzal. Namun di tengah-tengah proses berdayung, suami akan melakukan beberapa Selam Dangkal, kemudian berhenti sekadar 2 saat, Selam Dalam sekali, berhenti di dalam 2 saat, kemudian tarik dan Selam Dangkal lagi beberapa kali. Proses itu diubah-ubah sesedap rasa. Kemudian dilakukan beberapa Selam Dangkal ke Makam Kiri, berhenti 2 saat, Selam Dalam dengan perlahan ke Makam Kanan pula dan tarik keluar dengan pantas. Berhenti 2 saat. Kemudian sorong laju ke Makam Tengah dan lakukan beberapa kali Selam Dalam dengan bertenaga. Berhenti dan ulangi proses dengan Selam Dangkal. Bila isteri hampir inzal, tukar kepada Selam Dalam yang bertenaga. Bila isteri inzal, tekankan zakar ke Batu Meriyan dan berhenti di situ untuk beberapa

ketika sambil mememeluk isteri dengan erat. Begitu juga bila suami inzal. Sesudah inzal, biarkan zakar di dalam faraj kira-kira 5 minit.

Panjat Dinding

DAYUNGAN PANJAT DINDING

Ini adalah kaedah dayungan yang membolehkan suami merangsang Titik Lazat Cita yang berada di Makam Atas dalam faraj isteri. Titik Lazat Cita berada kira-kira 2 inci di dalam faraj iaitu di dinding sebelah atas, di bawah tundun. Tapi kedudukan sebenarnya dan juga kecondongan sebenar yang betul-betul merangsang isteri secara optima lebih baik dicari menggunakan Dayungan Panjat Dinding. Posisi untuk melakukan dayungan ini ialah isteri baring terlentang di tepi katil sambil membuka pehanya, dan suami menjimak isteri dari kedudukan berdiri. Masukkan zakar dan lakukan Selam Dangkal. Bengkokkan kaki isteri agar kakinya berada pada perut anda. Pastikan kakinya tidak menolak perut anda kerana ini akan menyukarkan berdayung.

Teruskan Selam Dangkal. Isteri pula akan menggerakkan kakinya memanjat tubuh anda hingga ke dada anda dengan cara satu kakinya berada di depan kaki yang satu lagi, samalah seperti melangkah. Bila isteri melakukan ini, Selam Dangkal dan Selam Dalam kawasan-kawasan berbeza di Makam Atas isteri. Isteri pula mencari tempat manakah kakinya paling sesuai diletakkan. Tempat itu adalah paling menikmatkannya dan akan membolehkan dia mencapai kenikmatan inzal yang sukar digambarkan.

Gigi Zakar

DAYUNGAN GIGI ZAKAR

Ini adalah kaedah dayungan bila mana isteri akan mencapai nikmat inzal yang berbeza dari yang pernah dirasakannya melalui dayungan lain. Di bawah kepada zakar lelaki ada Gigi Zakar dan Ekor Pari. Kawasan ini memberikan geseran yang berkesan ke permukaan dinding faraj ketika jimak. Ekor Pari akan ‘menoreh’ sementara Gigi Zakar akan berfungsi bagai daun palas. Tapi Dayungan Gigi Zakar bukan dilakukan di dalam lubang faraj, ia dilakukan pada tundun dan Bibir Dalam dengan fokus rangsangannya ialah Biji Keladi dan dayungan dilakukan hingga isteri inzal.

Pastikan bahawa Biji Keladi isteri dan Daun Keladi mempunyai tahap basah yang mencukupi bagi mengelakkan melecet. Isteri baring terlentang dan suami berada di atas isteri. Isteri membukakan Daun Keladinya dengan tangannya. Suami meletakkan zakarnya di kawasan faraj isteri dan kedudukan Gigi Zakar dan Ekor Pari ialah di atas kawasan Biji Keladi.

Suami akan menindih tubuh isterinya sedikit, pegang pipi punggung isteri dan renggangkan. Suami mulakan dayungan ke atas ke bawah. Pastikan

bahawa batang zakar sentiasa berada di tundun dan kepala zakar berada di kawasan Biji Keladi ketika dayungan dilakukan.

Mungkin suami perlu memegang bahu isteri atau tepi katil dengan kedua tangan dan menolak tubuh sendiri dengan jari kaki bagi melancarkan dayungan. Bila melakukan dayungan, pastikan bahawa geseran maksima adalah antara Gigi Zakar dan Biji Keladi. Teruskan dayungan dan jangan biarkan geseran terlepas. Berdayunglah hingga isteri mencapai sekurang-kurangnya sekali inzal.

Dayungan Gigi Zakar tidaklah memenatkan atau terlalu merangsang pihak suami. Kerana itu teknik dayungan ini membolehkan suami meneruskan jimak dalam tempoh masa yang mencukupi untuk isterinya mencapai inzal. Ia juga amat sesuai digunakan sebagai selingan kepada posisi atau teknik dayungan lain, iaitu bila suami mahu berehat sebentar tapi isteri mahu dayungan diteruskan dan dia belum inzal. Dayungan Gigi Zakar adalah selingan yang bijak.

Petua dayungan ini juga sesuai digunakan jika sewaktu jimak itu suami mengalami inzal pra-matang sedangkan isteri belum puas. Tapi pastikan bahawa ia dilakukan semasa zakar masih keras bagi membolehkan rangsangan yang berkesan. Ini adalah kaedah yang baik kerana sepatutnya suami terus berdayung kalau isteri belum inzal, dan caranya ialah berdayung di Nafsu Luar. Rangsangan berkesan terhadap Biji Keladi yang mampu dilakukan itu membolehkan Dayungan Gigi Zakar menjadi antara teknik yang diminati dalam perlakuan jimak walaupun sasarannya bukan ke dalam lubang faraj isteri.

# Senggama Cumbu Tangan

Telapak tangan dan sekitamya adalah anggota jimak yang mana sarafnya berhubung langsung dengan keghairahan faraj. Tangan adalah salah satu anggota yang ainat sensitif jika disentuh oleh suami. Jimak dengan mencumbu tangan adalah salah satu cabang jimak Melayu yang telah diajarkan kepada penulis oleh seorang dari pewarisnya.

Jima menurut kaedah ini akan bermula dari istimta. Caranya ialah, suami akan mendatangi isteri dengan ramah mesra dan pujuk rayu kemudian suami akan mengucup lengan isteri bermula dari bahagian tengkuknya yang kanan dan kiri. Kucup dengan perlahan dan secara berterusan menggunakan hujung bibir. Cumbuan itu akan menuju pula ke bahu isteri. Boleh juga cumbuan itu dilakukan dengan gigitan sayang.

Kemudian dar itu cumbulah lengan atas diikuti lengan bawah. Kucupan itu harus dilakukan dengan perlahan- lahan dan lembut serta penuh kasih sayang dan bertujuan menikmatkan isteri.

Setelah selesai peringkat tersebut di atas maka suami mengueup pula pada pergelangan tangan. Biasanya di peringkat ini isteri akan bertindakbalas dengan menarik-narik tangannya tan da geli. Nafasnya sesak dan badannya bergerak-gerak. Tindakbalas ini dapat dilihat dengan jelas. Akhimya mungkin tangannya menangkap tangan suami kerana tiada tertahan lagi akan rasa kegelian yang yang amat sangat itu. Maka suami beralih pula bagi merangsang payudara isteri, di situ Kucuplah dengan perlahan-lahan antara menyentuh dengan tidak. Semasa melakukan perkara ini, sebelah kiri tangan suami hendaklah bermain-main dengan lembut di sekitar farajnya di bahagian bibir dalam dengan meratakan air mazi yang keluar dari farajnya. Jika boleh, diperingkat ini zakar belum lagi menegang. Ini agar suami tidak terlalu ghairah dan terpancut maninya sebelum masanya.

Akhimya setelah isteri menunjukkan kemuncak kemahuannya untuk jimak, mungkin dia sendiri akan memasukkan zakar suami ke dalam farajnya. Jika tidak maka suami memasukkan zakar itu. Berdayunglah sambil menggaru-garu kedua tapak tangan isteri dengan perlahan dan lembut. Lakukan terus menerus hingga isteri mencapai inzal. Senggama ini adalah satu kaedah yang unik, tidak pemah dijumpai ianya di catat di dalam mana-mana kitab jimak. Oleh kerana keunikannya itu, penyusun mencatatkannya di buku ini sebagai warisan yang berharga buat generasi yang akan datang.

# Senggama Paksi Bumi

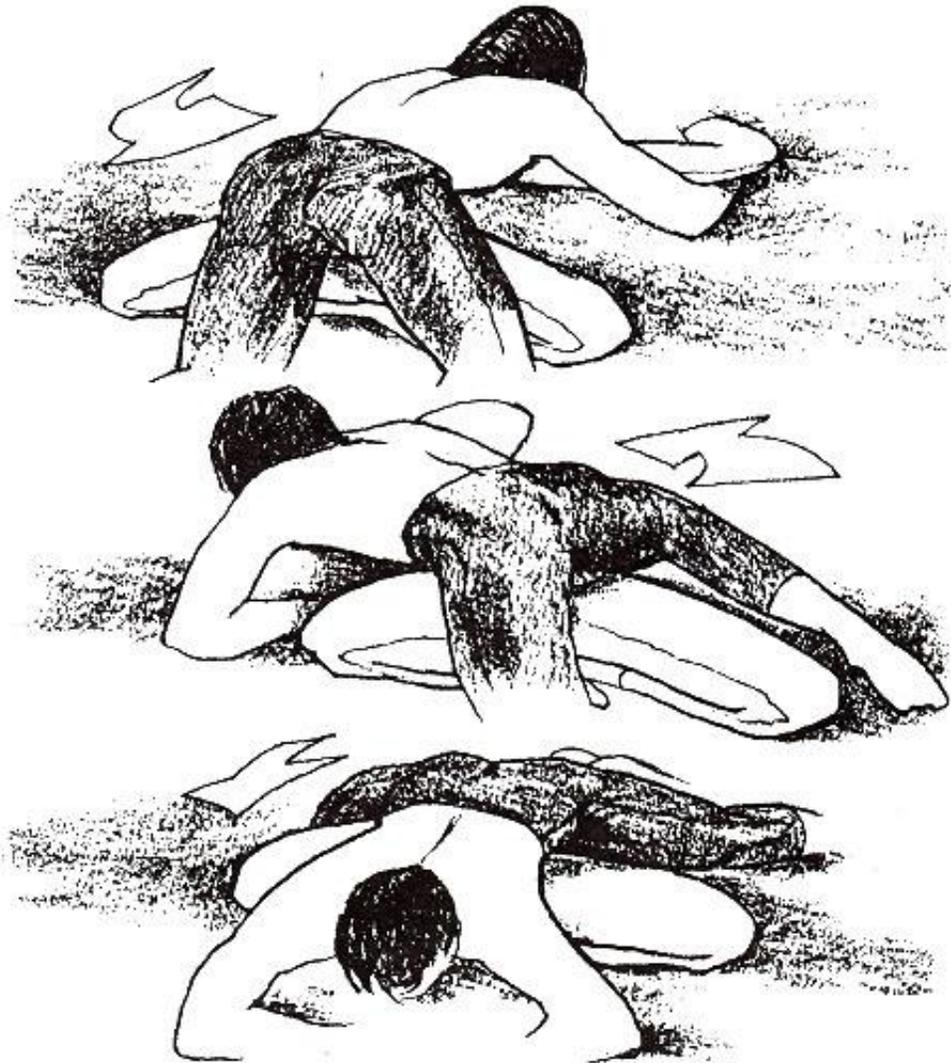
Seperti yang telah diperturunkan zaman berzaman, posisi-posisi jimak adalah amat banyak dan semuanya mempunyai kelebihan dan dalam masa yang sama mempunyai kelemahannya yang tersendiri.

Secara umumnya hanya dua posisi jimak sahaja iaitu jenis jimak dari depan dan jenis jimak yang mendatangi isteri dari arah belakang ke farajnya. Dari dua keadaan inilah terdapat pula variasi di mana s;imada suami berada di atas atau si isteri dan sama ada si suami memainkan peranan yang aktif atau isteri. Di timur biasanya suamilah yang memainkan peranan yang aktif dan lebih banyak posisi di mana suami berada di atas sedangkan isteri hanya membantu serba sedikit saja dalam kelakuan jimak itu terutamanya dalam hal dayungan. Ini adalah kerana di Timur, wanita dididik agar bersifat pemalu, sopan santun dan berlemah lembut serta taat kepada suaminya. Namun begitu dengan peredaran zaman, pada masa sekarang ini pengaruh jimak Barat telah menular ke masyarakat Timur dan ini pula dapat diterima oleh golongan wanita kerana pada masa sekarang mereka telah keluar untuk bekerja dan aktif seperti juga kaum lelaki. Maka secara psikologinya, tidaklah menghairankan jika didapati bahawa pada satu-satu masa isteri malm meneuba-cuba memainkan peranan untuk aktif dalam jimak dengan memulai mengusap-ngusap dan membangkitkan berahi suami. Itu adalah sesuatu yang menyenangkan hati suami.

Terdapat satu cara jimak yang baik untuk dilakukan sekali sekala bagi memberikan variasi kepada isteri serta kenikmatan kepadanya dengan membangkitkan syahwat yang amat tinggi. Walau pun begitu, ia perlu dilakukan dengan betul dan berhati-hali bagi mengelakkan zakar terkeluar dari faraj ketika proses dayungan berlangsung. Senggama ini akan membolehkan suami melakukan beberapa perkara di dalam sesuatu kedudukan dan mempunyai kelebihannya yang tersendiri berbanding dengan posisi- posisi lainnya yang telah dicatat. Senggama ini bemama Paksi Bumi.

Setelah istimta, baringkan isteri agar dia terlentang dan kedua pehanya terbuka luas dan kakinya dilipatkan ke bawah punggungnya supaya dapat menaikkan pukasnya, dari itu biji purana dapat sentiasa menyeniuh bumi zakar. Kakinya dilipat sedemikian rupa supaya memudahkan suami melakukan gerakan berpusing-pusing iaitu teknik khusus bagi jimak ini.

Dari posisi biasa maka berdayunglah sebanyak 7 kali dayungan. Kemudian gerakkan kaki ke arah kanan kepala ke arah kiri sambil zakar tetap di dalam faraj. Kedudukan badan suami sekarang ialah kira-kira 45° menyerong dari posisi sebelumnya. Kemudian dayung lagi sebanyak 7 dayungan. Lakukan lagi pusingan, bergerak satu hala saja hingga meliputi 180 darjah dan 360 darjah. Sentiasa berhati-hati bila berdayung, jangan sampai zakar terkeluar dari faraj dan ini menyebabkan kesakitan kepada isteri. Cuba lakukan jimak ini dan lihat kesannya. Ia adalah jenis jimak yang membantu suami agar tidak terpancut mani sebelum masanya.

# Senggama Paksi Bumi

Kedudukan suami kelika berdayung sebenarya mempunyai rahsianya yang tersendiri dari kemampuan untuk lebih tahan lama dalam jimak. Jika suami berada di atas dan mengadap isteri maka suami akan lebih cepat inzal berbanding jika suami berada di atas tetapi posisi melawan arus iaitu mengadap kaki isteri. Rahsianya berada pada rangsangan ke atas batang zakar suami ketika berdayung. Jika suami mengadap isteri, rangsangan berlaku di bahagian alas dari batang zakar, ini mempereepatkan inzal. Jika suami berada dalam kedudukan melawan arus maka bahagian bawah zakar akan terangsang dan ini akan membantu untuk melambatkan inzal suami. Cubalah melakukan kaedah ini dan rasakan perbezaannya

# Pipit Sedih

Pipit Sedih adalah gelaran bagi faraj yang tidak pernah merasa puas bila berjimak.

Petua Pipit Sedih ini telah saya perolehi dari seorang Melayu secara lisan. Ia merupakan khazanah ilmu yang bernilai dan patut disimpan oleh bangsa kita.

Pipit Sedih merupakan satu istilah yang diberikan kepada wanita atau isteri yang tidak pernah mendapat kepuasan batin atau kepuasan seks daripada suami atau pasangan masing-masing. Namun begitu, gadis yang belum berumahtangga pun boleh mengalami gejala Pipit Sedih.

Golongan wanita jenis ini memang ramai. Dari kajian orang tua-tua Melayu, 80% wanita yang telah bersuami termasuk ke dalam golongan Pipit Sedih. Maknanya, ramai wanita merasa tidak puas jimak berbanding yang puas tetapi mereka malu untuk menyatakannya.

Terdapat ciri-ciri luaran yang dapat diperhatikan dari tingkahlaku wanita Pipit Sedih:

1. Mereka masih boleh senyum dan bekerja seperti biasa namun jiwa mereka selalu tertekan dan senyuman mereka hambar sifatnya dan kita dapat lihat bahawa mereka tidak senyum atau merasa suka sebagaimana orang-orang yang puas dalam kehidupan berumahtangga.
2. Golongan Pipit Sedih suka bertanya mengenai sifat-sifat lelaki. Mereka biasanya ingin ambil tahu atau peka terhadap soal seks jika soal itu sedang dibincangkan. Contoh pertanyaan mereka ‘Adakah lelaki tidak tahan lama bila berjimak?’
3. Dia seorang yang suka mengelamun dan cepat merasa marah. Walau sedang berada dalam kumpulan kawan-kawan, wanita Pipit Sedih seolah-olah berada dalam dunianya yang tersendiri.
4. Dia akan merenung dengan rasa cemburu bila dia melihat ada pasangan suami isteri yang begitu mesra dan riang.
5. Golongan Pipit Sedih mudah diajak berbicara atau berbincang soal seks jika kita pandai memulakan perbualan.

Wanita Pipit Sedih boleh dikenali dari ciri-ciri yang ada di farajnya, dan ciri itu adalah sebagaimana berikut:

1. Bahagian sulitnya tidak berseri sebagaimana berserinya faraj wanita yang selalu puas bila berjimak.
2. Kedua-dua belah Bibir Dalam atau Daun Keladi sentiasa berada condong ke kiri menyebabkan ia kelihatan tidak seimbang.

3. Warnanya pucat tidak berseri seolah-olah sepucat warna muka orang yang sedang terkejut.

4. Biji Keladinya agak menonjol keluar seolah-olah meminta atau mengharapkan sesuatu belaian atau rangsangan luar biasa untuk menghampirinya.

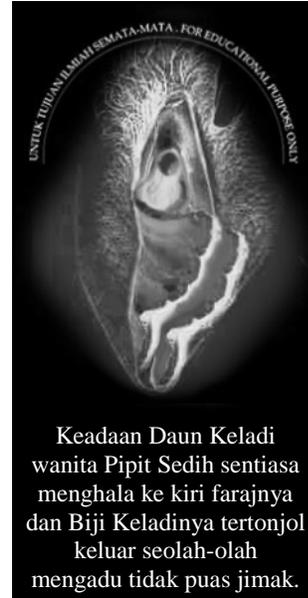
Keadaan Daun Keladi wanita Pipit Sedih sentiasa menghala ke kiri farajnya dan Biji Keladinya tertonjol keluar seolah-olah mengadu tidak puas jimak.

Terdapat cara untuk mengubati lantas memuaskan selera jimak Pipit Sedih ini. Secara asasnya, wanita golongan Pipit Sedih ini sebenarnya perlukan kasih sayang dan belaian yang mesra dan cukup dari suaminya. Petuanya adalah sebagaimana berikut:

1. Baca Basmalah, Selawat ke atas Nabi dan berniatlah untuk memulihkan isteri yang bermasalah Pipit Sedih kerana Allah.

2. Datangi isteri dengan lemah-lembut dan timbangrasa. Belai seluruh angggotanya. Tujuannya ialah untuk mencari Lubuk Nafsunya. Oleh kerana wanita jenis ini mungkin tersorok zon berahinya maka Makam Lazat perlu dicari di seluruh tubuhnya. Suami perlulah menjelajah dan meneroka. Tanda makamnya ditemui ialah apabila dia menyuruh suaminya mengulangi lagi rangsangan di tempat yang sama dengan kaedah rangsangan yang sedang dilakukan.

3. Lakukan belaian selama 3 hari berturut-turut tanpa melakukan jimak melainkan jika jelas kelihatan bahawa dia telah benar-benar bernafsu dan bersedia untuk jimak.

4. Apabila jimak, maka lakukanlah langkah Makam Terakhir untuk memuaskannya. InsyaAllah, dia akan merasa puas.

Dari sudut fisiologinya, patut dicatat di sini bahawa Biji Keladi atau Biji Purana (Clitoris) akan semakin bersembunyi bila keghairahan meningkat. Jimak yang memuaskan akan menghasilkan aliran darah yang lebih lancar ke seluruh tubuh, dan ini akan menyebabkan faraj itu sendiri akan berseri-seri warnanya dan tidak pucat.

Kesimpulannya, sebagai suami perlulah disedari betapa pentingnya istimta bagi seseorang isteri. Istimta itu bukan saja patut dilakukan dalam tempoh masa yang mencukupi, malah ia patut dilakukan dengan cara-cara yang dapat memudahkan isteri mencapai inzal, iaitu tahap kenikmatan yang hampir kepada kepuasan. Sekiranya inzal tidak berlaku pada seseorang isteri bila dia dijimak, maka sukarlah untuk dia merasa puas. Inilah yang digelarkan sebagai Pipit Sedih.

Dengan menggunakan teknik merangsang Tiga Lubuk Nafsu, kemudian berdayung ke Makam Yang Lima, diakhiri dengan kaedah Makam Terakhir, mudah-mudahan masalah Pipit Sedih dapat diatasi.

# Langkah Makam Terakhir

Ini adalah langkah Makam Terakhir. Ia bukan

Mulakan dengan membaca selawat ke atas Nabi s.a.w.:

Kemudian baca Basmalah sebanyak 3 kali ulang:

Ikuti langkah-langkah berikut bagi menjayakan Langkah Makam Terakhir:

1. Lakukan Istimta' atau rangsangan awal secukupnya ke atas isteri. Boleh dipilih dari berbagai-bagai kaedah Istimta' yang ada dicatat dalam buku ini. Kemudian barulah mulakan Langkah Makam Terakhir. Sebelum memulakan, kucup lubang pusat isteri sebanyak 3 kali.

2. Letakkan zakar yang sudah mengeras di atas lubang pusat isteri. Tawafkan kepala zakar dengan cara mengurutkan kepala zakar di keliling lubang pusat. Ambil masa 2 hingga 3 minit.

3. Tarik kepala zakar itu turun dengan tertib hingga ke bibir faraj (Bibir Luar) dengan gerakan gelongsor atau heret, jangan diangkat. Sentuh Biji Purana sebanyak 3 kali menggunakan kepala zakar itu.

4. Kini tiba masanya untuk memasukkan zakar ke dalam faraj. Ada beberapa pilihan yang boleh dilakukan. Pertama, perhatikan matanya sama ada sudah terbalik, nafasnya kencang, dan dia seperti sudah tidak sedarkan dirinya. Kedua, bertanya kepada isteri sama ada dia sudah bersedia. Ketiga, minta kebenaran kepadanya untuk memasukkan zakar.

Pusat menjadi kawasan rangsangan Makam Terakhir

5. Bila masanya sudah mengizinkan untuk memasukkan zakar, maka lakukan dayungan menggunakan berbagai kaedah datungan yang ada, atau mengikut cara yang digemari oleh isteri. Sambil berdayung perhatikan reaksi pasangan anda.

6. Semasa berdayung itu juga, gerakkan atau mainkan jari-jari anda di sekeliling pusat isteri. Mainan itu perlu lembut, dan elakkan dari menekan terlalu kuat.

7. Sejurus isteri sampai ke kemuncak atau inzal, cabut zakar itu dan letakkan atau tusuk kepala zakar itu ke dalam lubang pusat dan tekanlah seperti berdayung atau mengikut sesedap rasa isteri.

8. Setelah gempa inzal isteri reda dan suami mahu teruskan jimak, bolehlah masukkan semula zakar ke dalam faraj dan berdayung lagi, dan dayungan itu atau posisi yang dipilih eloklah berdasarkan kepada kehendak dan kesukaan isteri.

Langkah Makam Terakhir merupakan langkah pengubatan Pipit Sedih. Jika isteri bukan dari golongan Pipit Sedih maka langkah ini tidak perlu, memadailah untuk melaksanakan Istimta' Kaedah Tiga Lubuk Nafsu disusuli dengan dayungan ke Makam Yang Lima.

Satu perkara lagi yang patut dicatat ialah bahawa dalam Langkah Makam Terakhir ini, pusat isteri merupakan makam yang terakhir dirangsang. Teknik mencabut zakar semasa isteri inzal adalah teknik yang kontroversial. Ini kerana ada petua yang melarang suami dari mencabut keluar zakar semasa isteri sedang inzal kerana ini akan menyakitkan isteri. Rongga faraj yang sebelum itu membina keghairahan dengan kehadiran zakar tapi tiba-tiba zakar itu dicabut keluar menyebabkan gempa inzal berlaku dalam keadaan saluran faraj kosong.

Isteri jenis Pipit Sedih perlu mendapat belaian yang sewajarnya dan secukupnya dari suaminya. Istimta' perlu disempurnakan.

Begitu juga dengan menusukkan zakar ke pusat isteri dan berdayung di sana. Ia perlu dilakukan dengan hati-hati. Di situ suami bukanlah berdayung menusuk pusat isteri kerana itu adalah perbuatan tidak waras dan tidak munasabah. Yang dimaksudkan ialah menggelongsorkan zakar di perut isteri di kawasan pusatnya, dengan gerakan seolah-olah berdayung. Pun begitu, suami perlulah berhati-hati agar perbuatan itu tidak menyakitkan apatah lagi mencederakan isteri.

Suami perlu menyedari bahawa boleh dikatakan semua catatan kitab kuno serta petua-petua lisan menekankan perlunya isteri diberi layanan secukupnya melalui Istimta'. Saiz zakar yang besar, panjang, keras, panas, dan tahan lama bukanlah penentu kepuasan isteri bila dijimak. Rahsia kepuasan isteri berada 'di luar' maksudnya di Nafsu Badan dan Nafsu Luar. Kepuasan suami pula ialah bila merangsang Nafsu Dalam. Bila isteri dipuaskan di peringkat Nafsu Badan dan Nafsu Luar, maka dia akan mampu dipuaskan di peringkat jimak yang sebenar iaitu Nafsu Dalam. Itu rahsia seni jimak Melayu.

# Nasihat Berkaitan Jimak

Walau pun di dalam Islam tiada larangan terhadap apa-apa saja posisi jimak asalkan tidak menjimak dubur isteri atau jimak ketika dia haid, nifas dan wiladah, masih terdapat Iarangan tertentu yang telah dicatat orang terdahulu mengenai beberapa perkara. Larangan ini bold) dirujuk di dalam sebuah kitab bernama Kanzul Ikhtisas dari bisa dibaca sedutannya dalam Kitab Hukum Jimak. Berikut dicatat akan larangan ter$ebut sebagai menambah pengetahuan.

Jimak yang terlalu kerap itu kadangkala boleh mendatangkan manfa'at dan kadangkala mendatangkan mudarat. Jimak secara berdiri tidak baik kerana akan mewarisi penyakit kencing kerana terkurung mani dan boleh menjadi kudis di dalam zakar. Jimak dengan posisi isteri di atas dan suami di bawah juga tidak baik kerana akan mewarisi penyakit kudis pada kemaluan dan bongkok dan jika selalu diamalkan akan membengkokkan zakar. Jimak dengan duduk berbadapan juga dianggap tidak elok. Jimak dengan kedudukan isteri seperti sujud dan suami mendaiangi dari belakang adalah tidak elok kerana akan mewarisi anak yang jahat perangainya dan buruk rupanya.

Kelakuan jimak yang baik ialah dengan isteri berbaring terlentang dan suami memasukkan pehanya di antara kedua peha isterinya. Jika diletakkan kedua kaki isteri ke belakang sumni akan memberi mudarat kepada isteri.

Satu posisi jimak yang lebih baik ialah dengan isteri terlentang dan diletakkan bantaJ dibawah kepalanya dan suami memegang pinggang isteri, kedua peha isterinya itu dihimpunkan ke dadanya kemudian dia menjimak isteri dengan keadaan berdayung bersama-sama, kelakuan ini memberi manfa'at kepada kedua-duanya dan menimbulkan kelazatan yang tinggi.

Di dalam kitab Hayatul Hayawan disebutkan empat perkara yang akan melemahkan badan dan menyegerakan tua iaitu banyak jimak, terlalu banyak cita-cita hati, banyak minum air di pagi hari dan banyak makan makanan yang masam.

Telah bermuafakat semua tabib dari negeri Rom, Khurasan (Iran) dan Hindi bahawa penyakit badan itu terjadi dari enam perkara iaitu terlalu banyak jimak, kurang tidur di waktu malam, banyak tidur pada siang hari, minum air pada tengah malam, makan yang terlalu kenyang dan akhimya jadi dari menahan mani.

Tersebut juga di dalam kitab Sheikh Zaruuq, dua perkara yang akan menyegerakan rosak badan dan mendaifkannya ialah menjimak perempuan yang sangat tua dan tidur sewaktu perut tersangat kenyang. Demikian larangan-larangan berkenaan perlakuan jimak yang dilihat dari perspektif perubatan dan kesihatan sebagaimana diajarkan oleh orang-orang berilmu yang terdahulu. Kita tidak akan bertemu dengan larangan yang sedemikian di dalam ilmu seksologi moden.

# Mandi Wajib.

Setelah jimak maka diwajibkan bagi suami dan isteri untuk mandi junub atau mandi wajib. Diwajibkan mandi bukanlah kerana sebab kejinya fenomena keluarnya mani lantaran bersetubuh tetapi adalah kerana lazatnya keluar mani, yang maha kelazatan itu mesra ke serata badan dan melemahkan anggota hingga lupakan Tuhan. Dengan itu maka Islam mewajibkan mandi dengan meratakan air ke serata badan ketika jimak.

Rukun mandi itu dua perkara iaitu niat yang disertai dengan meratakan permulaan air ke serata badan. Boleh niat dalam Bahasa Melayu, lafaz niat itu sunat dan lafaz niat adalah seperti berikut:

"Sahaja aku mandi mengangkat hadas besar dari sekelian tubuhku, fardhu kerana Allah Taala".

Kedua dari rukun ialah meratakan air ke seluruh badan, buangkan apa yang menghalangi air dari mesra ke badan, wajib bagi isteri membuka sanggul jika tidak sampai air, wajib meratakan hingga ke rambut sekalipun Wajib disampaikan air pada bahagian zahir dari lubang telinga dan lubang hidung. Wajib disampaikan air pada yang zahir di faraj isteri ketika isteri duduk. Wajib juga meratakan air pada pecahan kulit dan lipatan kulit.

Antara yang disunatkan bagi mandi wajib itu ialah membaca Bismilllah pada permulaannya kemudian menghilangkan segala keji-keji dari badan seperti mazi atau wadi, serta menghilangkan saki baki mani. Sunat juga berkumur dan membersihkan hidung. Sunat juga untuk berwuduk dengan sempurna sebelum mandi. Sunat untuk meniga-niga iaitu mula-mula disiram kepala tiga kali dan di pihak kanan tubuh tiga kali dan dipihak kiri tiga kali kemudian bahagian depan dan belakang. Sunat juga menggosok dan menyelat-nyelati jari tangan dan jari kaki meniga-niga. Sunat menggerak-gerakkan badan tiga kali pada air yang tenang dan banyak. Sunat juga menghadap kiblat. Sunat untuk dilakukan berturut-turut. Disunatkan juga untuk tidak berkata-kata melainkan ketika sangat berhajat. Sunat juga jika tidak dikeringkan badan itu dengan tuala atau lainnya melainkan kerana sebab tertentu umpamanya keuzuran. Sunat juga membaca syahadat sesudah mandi itu, iaitu:

"Saya mengaku bahawa tiada Tuhan (yang disembah) melainkan Allah. Saya mengaku Nabi Muhammad itu pesuruh Allah".

Air yang digunakan untuk mandi ialah air mutlak iaitu air bersih dan membersihkan yang belum digunakan. Semasa mandi hendaklah di tempat tertutup. Makruh jika mandi dalam keadaan bertelanjang. Wajib bagi suami bertanya kepada isteri sama ada isteri tahu mandi wajib atau tidak, jika tidak maka wajib mengajar. Sunat jika mandi bersama isteri untuk menolong meratakan air dan kemesraan.

# Bab Posisi-Posisi Jimak

Meliputi teknik-teknik ciuman Kamasuira, sebahagian dari posisi jimak Kamasutra, sebahagian dari posisi jimak Cina kuno,beberapa posisi jimak bangsa Melayu, sebahagian dari posisi Barat dan posisi Taman Wangi dari Tunisia.

# Teknik Ciuman Kamasutra

Menurut ciuman dalam Kamasutra tempat-tempat bagi ciuman ialah pada mata, pipi, kerongkong, payudara, bibir mulut dan juga dalam mulut. Ada juga yang meneium celah peha, lengan dan pusat. Bcrikut adalah beberapa teknik ciuman sekitar muka berserta namanya:

Ciuman Sebentar.

Bila isteri hanya menyentuh mulut suaminya dengan mulutnya tetapi tidak berbuat apa-apa.

Ciuman Debaran

Isteri menekan bibimya dengan bibir bawah kekasihnya lalu dia menghisapnya.

Ciuman Menyentuh.

Isteri menyentuhkan Iidahnya pada Iidali kekasihnya, sambil memejamkan matanya dan meletakkan tangannya ke tangan kekasihnya.

Ciuman Lurus.

Pasangan sama-sama menemukan bibir agar dapat merapat antara satu sama lain dengan kepala ditegakkan.

Ciuman Condong.

Kepala keduanya dicondongkan ke arah satu saina lain dan ciuman dilakukan.

Ciuman Berputar.

Pasangan memutarkan kepala kekasih dengan memegang kepala dan dagu kekasih dan meneiumnya.

Ciuman Bibir Atas.

Suami meneium bibir atas, isteri meneium bibir bawah dengan menghisapnya atau dengan menggunakan lidah.

Ciuman Tertekan.

Dilakukan dengan menekan bibir kuat-kuat ke bibir bawah kekasihnya.

iuman Menangkap.

ilakukan dengan menangkap kedua-ua bibir kekasihnya dengan enggunakan bihirnya.

Ciuman Api Cinta

Bila isteri melihat muka kekasihnya ketika dia tidur dan mencium untuk menunjukkan kehendak nalurinya.

Menurut orang-orang India dahulukala, tidak ada masa yang tertentu atau tertib antara belaian, cumbuan atau cakaran menggunakan jari atau kuku (kaum India dahulu menganggap bahawa cakaran adalah salah satu cara cengkerama tapi semua perkara ini patut dilakukan sebelum jimak dilakukan. Tetapi menurut pendapat dari Vatsyayana sendiri (penulis Kamasutra), perlakuan ciuman itu boleh saja dilakukan pada bila-bila masa.

Jika jimak itu baru dilakukan pertama kali (malam pertama) maka belaian, cumbuan atau cakaran itu patut dilakukan secara yang sederhana dan bergantian. Pada jimak yang berikutnya maka cumbuan dan sebagainya itu boleh dilakukan dengan kuna dan dengan serentak, bagi tujuan menyalakan api cinta. Menurut pendapat Vatsyayana, ciuman pada celah peha, lengan dan pusat itu hanya sesuai jika ianya disukai berdasarkan budaya tempatan. Begitulah antara seni ciuman yang telah diajarkan kepada kaum India kuno.

Dari apa yang diketahui, teknik-teknik cumbuan Kamasutra ini telah menjadi begitu popular dan gaya-gaya itu telah ditiru oleh penulis-penulis novel Barat dalam menghasilkan novel-novel hangat. Walaubagaimanapun, Kamasutra tidak mencatat mengenai tujuan sesuatu teknik itu dilakukan dan kesannya, secara jelas. Tidak ada juga kaedah cumbuan dan ciuman yang mirip sebagaimana yang telah diajar oleh agama Islam terutamanya teknik menghisap lidah semasa jimak, teknik meneium laraj dan teknik ciuman pernafasan.

# Posisi Jimak Kitab Kuno

Mungkin tidak keterlaluan jika dicatat dalam buku ini bahawa posisi jimak yang dilakukan oleh manusia di bumi tidak ada bezanya sejak zaman silam hinggalah ke hari ini. Walaupun banyak variasinya namun variasi-variasi itu telahpun diketahui sejak zaman-berzaman. Selain diajarkan secara lisan oleh guru kepada muridnya, posisi-posisi jimak juga ditulis pada kulit-kulit binatang, dilukis di dinding gua, malah ada yang mengukirnya di candi-candi.

Berbagai kitab klasik pula telah ditulis setelah itu. Sebahagiannya telah mencatat dengan terperinci mengenai berbagai petua dan panduan bagi melakukan jimak dengan betul lagi memuaskan, termasuklah mengenai posisi jimak. Kitab-kitab klasik seperti Kamasutra, Ananga Ranga, Su Nu Ching, Xuang Nu Ching, Raudhal Athir, Tantra, Tao, Serat Centhini, Tajul Muluk hinggalah ke Risalah Hukum Jimak.

Untuk menambah pengetahuan, berikut dicatatkan beberapa posisi jimak berdasarkan kitab-kitab kuno:

KAMASUTRA

Inilah kitab yang ditulis oleh Vatsyayana. Antara posisi jimak yang dicatat dalam Kamasutra ialah:

1. Teratai Mekar. Isteri dalam posisi berbaring telentang sambil melebarkan kakinya. Kemudian, merendahkan kepalanya dan mengangkat bahagian-bahagian tengah tubuhnya. Suami memeluk bahagian tengah sehingga memudahkan kemasukan zakar. Posisi ini menjadi salah satu posisi yang digemari.

2. Teratai Menekan. Jika sudah dalam posisi mengunci, kemudian isteri menekan farajnya ke zakar dengan kedua pehanya. Tekanan dari depan ke belakang yang kuat terhadap zakar menimbulkan nikmat yang luar biasa walaupun posisi ini agak sukar dilaksanakan.

3. Teratai Memeluk. Salah satu peha isteri berada pada posisi melintang di peha suami. Cara ini sangat mudah dilakukan, santai dan tidak terlalu berbelit. Lakukan sambil duduk berhadapan, sementara kedua tangan saling merangkul.

4. Teratai Gantung. Suami bersandar pada sebuah tembok. Isteri duduk di atas kedua tangan suami dengan keadaan meletakkan pehanya di pinggang suami. Selain itu, kedua tangannya pun harus diletakkan di leher suami dalam keadaan melingkar agar tidak jatuh.

5. Teratai Menekuk. Isteri menekuk lututnya sehingga kedua peha dan betisnya saling berhimpitan lalu posisi baring mengiring. Suami menjimaknya dari posisi yang paling mudah. Posisi ini dalam Kamasutra disebut posisi Indrani.

TANTRA

Posisi jimak cara Tantra banyak merujuk kembali kepada Kamasutra dan Ananga Ranga. Tantra menumpukan kepada urutan dan belaian sebelum jimak bagi membolehkan bangkitnya keghairahan yang tinggi. Semasa jimak berlangsung, isteri akan mengembang dan menguncupkan alat sulitnya bagi menghasilkan kenikmatan yang lebih tinggi kepada kedua pihak. Teknik ini digelar Pompoir.

TAO

Pendekatan Tao pula lebih fokus kepada membangkitkan tenaga batin serta menyatukan Apsara-Apsari (Yin Yang) semasa jimak. Antara posisi jimak Tao ialah:

1. Menyerang Daratan Berbukit. Inilah gaya Tao yang digemari. Isteri baring dengan kepala dan bahu ditupang dengan bantal besar. Kaki isteri dikembangkan dan permukaan tubuh isteri bergelombang. Untuk menambah kenikmatannya, sebaiknya suami melakukan tusukan Langkah Aturan Sembilan. Caranya, semasa jimak, suami melakukan dayungan dangkal tujuh kali, hanya kepala zakar yang masuk ke dalam faraj. Kemudian, melakukan dua dayungan yang dalam. Kemudian, enam dayungan dangkal dan tiga dayungan dalam, dan seterusnya, sampai mencapai sembilan dayungan dalam.
2. Cengkeraman Jatuh. Gunakan bangku berbusa dengan posisi saling duduk berhadapan. Isteri duduk di atas peha suami, ketika melakukan posisi ini, suami dan isteri bebas untuk bergoyang dan saling meneroka tubuh pasangan.
3. Terlentang Atas Tilam. Isteri baring di tempat yang lebih tinggi (tilam atau meja) sambil membuka lebar bahagian peha dan kakinya. Kemudian, di bahagian lutut kaki ditekuk di hujung meja atau tilam. Dengan cara itu suami mudah melakukan tusukan.
4. Cengkaman Dari Atas Dan Belakang. Isteri duduk di atas suami dengan membelakangi wajah suami sambil memegang dan memeluk kaki suami. Posisi ini membuat isteri lebih bebas mengendalikan farajnya agar dapat menyentuh serta mencengkam zakar. Suami dapat melingkarkan tangannya dipinggul dan peha isteri sambil meramas payudara atau pinggul pasangan.
5. Cengkaman Samping. Isteri berada di atas, tapi agak mengiring. Suami baring sambil mengangkat salah satu pinggulnya dalam posisi miring.
6. Saling Mencengkam. Duduk saling berhadapan dengan keadaan isteri berada di atas peha suami sambil merangkul suami. Posisi ini membuatkan tangan isteri lebih bebas untuk merangsang suami.
7. Menakluk Dari Buritan. Wanita dalam keadaan menungging iaitu menahan kedua tangannya di bawah. Kepalanya yang bersandar

pada tangan agak rendah kedudukannya sementara bahagian punggung adalah lebih tinggi. Suami dalam kedudukan setengah berdiri dan menekukkan lututnya memasukkan zakar dari arah belakang.

XUANG NU CHING

Banyak kitab-kitab klasik Cina didakwa berasal dari ilmu jimak istana maharaja. Bila pemerintahan maharaja tamat, ilmu-ilmu ini tersebar kepada rakyat jelata. Antara kitab yang terkenal ialah Xuang Nu Ching yang ditulis pada abad ke 5 Masehi. Ia menerangkan mengenai Sembilan Jurus Jimak yang kemudiannya diubahsuai. Antara jurusnya ialah:

1. Monyet Bersilat. Ini adalah jurus yang digemari. Isteri dalam posisi telentang dengan pinggang disangga oleh suami. Lututnya didorong sedemikian rupa hingga menempel ke dada dan bahagian punggungnya terangkat. Untuk mencapai kepuasan maksima, suami dianjurkan pandai menahan diri dan memasukkan zakar ke faraj hanya sekitar kepala zakar.
2. Naga Berlegar Di Kayangan. Isteri baring telentang, suami menindih isteri dan menyerang dengan zakarnya.
3. Harimau Melangkah Ringan. Meskipun ringan tapi berkesan. Posisi isteri membongkok dan suami menyusul dari belakang.
4. Kambing Liar Terbang Mundur. Suami duduk sementara isteri akan duduk membelakanginya dan berdayung.
5. Helang Menyambar Dari Langit. Kepala isteri berada di bawah dengan kedua tangannya menyentuh lantai. Kedua kakinya dipegang oleh kedua tangan suami yang berdiri di belakang dan membukanya lebar-lebar, suami tetap berdiri tegak hanya sekitar pinggangnya saja yang bergerak melakukan dayungan.

KESIMPULAN

Semasa melakukan jimak, terutamanya bagi pengantin baru, suami dan isteri bolehlah mencuba berbagai posisi dari masa ke semasa bagi mengalami dan memilih yang terbaik berdasarkan kesesuaian tubuh badan, tahap kesihatan, malah juga saiz zakar suami serta faraj isteri. Posisi yang dipilih oleh pasangan gemuk mungkin tidak sama dengan yang dipilih oleh pasangan yang kurus. Begitu juga jika jimak dilakukan bersama isteri yang sedang hamil.

Walaupun begitu, Posisi Hamparan iaitu jimak yang dilakukan dengan keadaan isteri baring terlentang dan suami mendatanginya dari atas mungkin merupakan posisi yang paling banyak digunakan oleh pasangan suami isteri dan ia merupakan antara posisi yang mempunyai cukup banyak variasi. Malah bagi menjayakan rangsangan terhadap 3 Lubuk Nafsu serta rangsangan ke atas Makam Yang Lima pun, Posisi Hamparan adalah yang paling sesuai.

# Posisi Senggama Kamasutra

Berikut adalah beberapa posisi pilihan Kamasutra iaitu sebuah buku ilmu jimak India Kuno yang terkenal diserata dunia.

Ini adalah teknik yang unik dalam Kamasutra di mana pada asalnya, jimak dilakukan secara berdiri. Secara praktiknya, posisi ini agak sukar dilakukan kerana gerakan dayungan adalah terhad tetapi ia dapat memberi nikmat yang hebat kepada isteri kerana rangsangan pada purana adalah kuat.

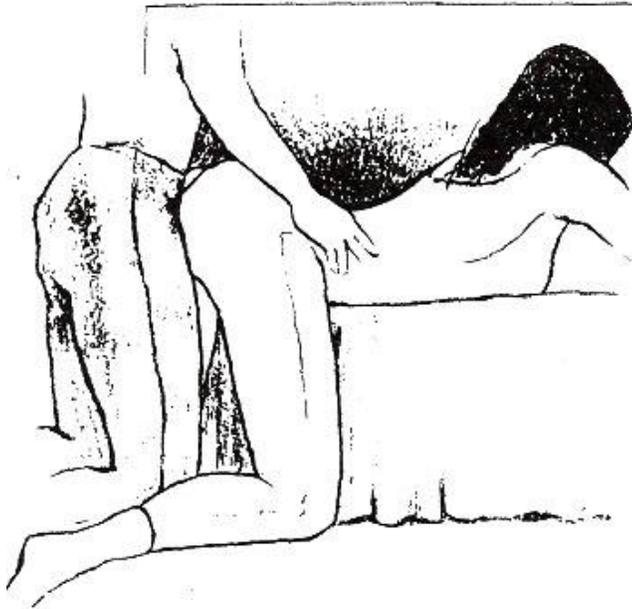
Cara melakukan jimak ini ialah suami melunjurkan kaki kirinya dan melipatkan kaki kanannya seakan mahu bersila. Dengan betis kanannya, suami mengepit peha isteri, yang sedang dilunjurkan. Isteri mengepit peha isteri, yang sedang dilunjurkan. Isteri mengepit peha kiri suami dengan betis kanannya.

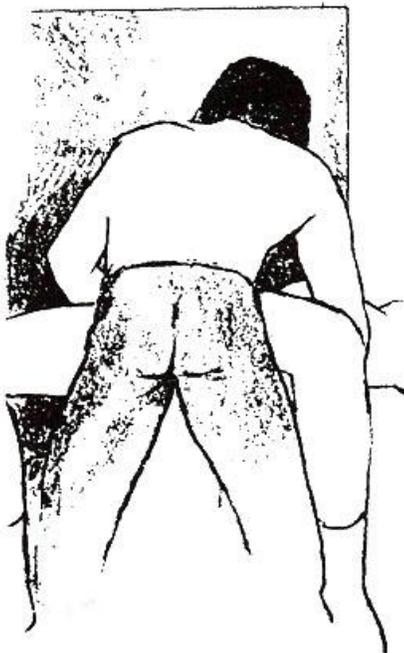
Variasi berbaring juga boleh dilakukan dan caranya serupa dengan kaedah ketika berdiri. Jika dilakukan secara berdiri, inaka sebaiknya isteri hampir sama tinggi dengan suami.

Ini pula ialah kaedah jimak dimana suami mendatangi isteri dari celah peha. Isteri akan mengepit pinggang suami dengan dua kakinya seolah-olah bersila, betisnya di belakang pinggang suami.

Gerakan dayungan ialah dengan menggunakan otot peha dan betis pula. Posisi ini hebat kerana isteri dapat bergerak sama mengikut gerak badan suami dan berdayung.

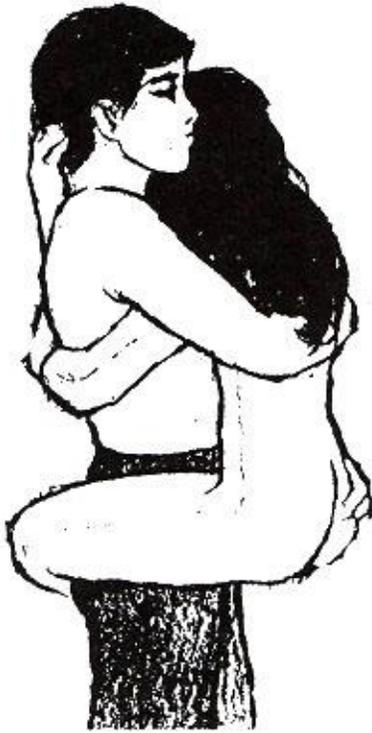
Keadaan isteri mengepit pinggang suami itu mungkin akan menyukarkan suami untuk berdayung kerana terasa sesuatu yang berat pada pinggangnya. Dari itu,

kaki isteri tidak harus mengepit pinggang itu dengan kuat tetapi hanya sekadar letakkan dan keadaan kaki itu masih bebas digerak-gerakkan. Ini lebih menyenangkan dayungan dilakukan.

Isteri menelangkup di atas katil sambil kedua kakinya dijuntaikan ke tepi katil. Suami mendatangi isteri dari arah belakang isteri dan menjimak ke t'araj dari arah yang tersebut. Ini adalah cara jimak dimana zakar dapat dimasukkan jauh ke dalam lubang t'araj dan suami bebas menusukkan zakar ke Makam Kiri atau Kanan. Tangan juga bebas untuk merangsang payudara isteri. Dayungan boleh dilakukan secara bergilir-gilir antara suami isteri.

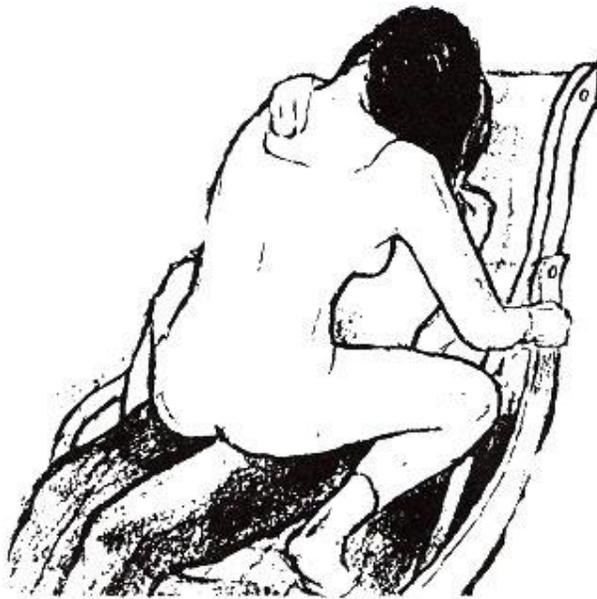
Dalam posisi ini pula, isteri dibaringkan di atas katil dengan terlentang dan kedua pehanya dibuka luas. Kedua betisnya dijuntaikan ke tepi katil. Sebaiknya katil tempat isteri itu cukup tingginya agar kaki isteri tidak jejak ke lantai dan suami boleh jimak dalam keadaan berdiri. Melalui posisi ini, suami bebas menjimak isteri dari arah kanan atau kiri. Tusukan boleh dilakukan ke Makam Kiri, Kanan dan juga Atas. Tangan suami berfungsi untuk memegang badan isteri supaya tusukan lebih mudah dan boleh juga memegang payudara isteri.

Pada zaman sekarang, kebanyakan katil adalah rendah dan katil yang rendah juga boleh digunakan bagi menjayakan posisi ini. Jika ia terlampau rendah maka boleh diletakkan bantal di bawah punggung isteri di mana tingginya itu cukup bagi membolehkan suami duduk dengan cara menegakkan pehanya.

Demikian 4 posisi pilihan dari Kamasutra. Sebenamya banyak lagi posisi yang dicatatkan dalam kitab kuno itu, namun posisi yang dipilih ini dijangka dapat memberi maklumat kepada pembaca bahawa posisi yang disarankan dalam buku-buku moden itu antaranya adalah berasaskan kepada posisi-posisi yang telah dicatatkan di dalam kitab kuno.

# Posisi Senggama Cina Kuno

Posisi jimak berikut adalah antara posisi-posisi jimak Cina kuno. Ia disedut dari kisah-kisah Maharaja-maharaja Cina dahulukala. Isteri didukung secara berdepan oleh suami. Isteri memaut tengkuk suami dengan lengannya.

Kcdua kaki isteri itu memaut pinggul suami. Dalam keadaan itu, suami akan berjimak dengan isteri dalam keadaan berdiri, berjalan-jalan dan sajnbil memakan buah-buahan. Dikatakan bahawa jimak cara ini akan berlangsung berjam-jam. Perkara ini boieh terjadi kerana rasa gliairah dikurangkan dengan cara menumpukan perhatian kepada kerja lain dan dayungan tidak dilakukan dengan kerap.

Walau bagaimana pun, menurut tabib-tabib Islam, periakuan jimak sepeiti ini adalah merbahaya kepada kesihatan badan kerana jimak disertai makan sedangkan sepatutnya makan perlu dikhaskan masanya, jangan sekali-kali berserta jimak. Jangan jimak melainkan ketika ghalib syahwat dan jangan makan melainkan ketika lapar.

Posisi ini pula dilakukan dengan suami duduk di atas kerusi malas dan isteri pula duduk di alas suami secara menghadap. Dalam keadaan itu jimak dilakukan. Gerakkan dayungan di bantu dengan cara menggerakkan kerusi malas tersebut. Ini akan menjimatkan tenaga si suami. Posisi ini sesuai dilakukan oleh pasangan yang telah agak tua, bila pinggang selaJu sakit-sakit dan sudah tidak kuat untuk berdayung. Ia juga adalah salali satu posisi yang baik untuk dilakukan sekali sekala bertujuan mengelakkan kebosanan hasil mempraktikkan cara jimak yang serupa saja. Walau bagaimana pun, terpaksalah ditempah kerusi malas yang khas untuk itu.

# Posisi Senggama Melayu

Bangsa Melayu juga mempunyai beberapa posisi jimak yang baik serta berkesan dalam memberikan kenikmatan kepada isteri. Antara posisinya adalah sebagaimana berikut:

Bagi malam pertama ddri perkahwinan, sebaiknya jimak itu berlaku dengan lemah lembut dan bertimbangrasa. Ini akan menolong mengurangkan

rasa kesakitan isteri sewaktu dara isteri terkoyak menerusi tusukan pertama.

Cara yang disarankan oleh orang Melayu ialah, suami duduk bersila setelah melakukan istimta yang baik. Isteri didudukkan menghadap suami dalam keadaan mencangkung dan farajnya berada di atas zakar.

Di sepanjang posisi ini dilakukan suami tidak memainkan peranan yang aktif, tapi hanya mencumbu dan membelai isteri bagi meningkatkan kenikmatannya.

Zakar dihalakan ke arah lubang faraj kemudian isteri akan memasukkan zakar itu ke farajnya dengan memandukannya dengan tangannya dan dan kemudian menekan farajnya ke arah kepala zakar dan memasukkan zakar sedikit demi sedikit. Isteri akan berada di dalam keadaan nikmat dan sakit yang meningkat dan menurun semasa proses memecah dara. Maka dia akan membuat pilihan, dia akan menekankan farajnya agar zakar masuk lebih dalam apabila nikmat yang dirasakan lebih hebat dari kesakitan. Dia akan berhenti setakat mana dia merasa kesakitan'lebih hebat dari kenikmatan. Bila kenikmatannya meningkat kembali, dia akan menyambung kerjanya itu, agar zakar dapat masuk lebih dalam. dengan cara ini akhirnya dara akan terkoyak dan kemudian jimak akan diteruskan dalam posisi yang lain atau dihentikan lalu dilakukan pada masa yang lain.

Kenikmatan pada isteri semasa memecahkan dara itu dapat ditingkatkan dengan cumbuan dan rangsangan dari suami ke arah payudara, pinggang, tengkuk, leher, mulut dan telinga isteri. Dalam ertikata lain, suami perlulah melakukan cumbuan yang berterusan agar isteri itu lupakan dirinya dan kesakitan. Menghisap lidah isteri adalah amat baik dilakukan pada ketika itu.

Posisi berikut pula ialah dimana isteri berbaring terlentang sambil menjulangkan kedua kakinya tinggi dan bersilang di bahagian betisnya. Kaki yang bersilang itu dibawa hainpir ke arah dada isteri. Dengan ini inaka punggung isteri akan ternaik ke atas.

Suami mendatangi isteri dari arah punggung secara berdepan dengan isteri, lalu menjimak dalam keadaan mencangkung.

Tusukan dilakukan dengan gerakan peha dan betis suami, sainbil suami memegang kedua betis isteri agar kedudukan lebih mantap dan isteri kurang merasa keletihan. Posisi ini dapat memberi rangsangan yang kuat pada purana isteri bahagian tepi kerana ia dihimpit oleh bibir Iuar faraj yang hampir menutup Iubang faraj disebabkan oleh peha isteri yang hanya terbuka sedikit. Tanya sesuai untuk dilakukan terhadap isteri yang telah melahirkan anak atau mempunyai Iubang faraj yang besar.

Posisi ini pula dilakukan dengan isteri berbaring terlentang dengan kedua kakinya dilipat dengan keadaan seolah-olah bersila.

Suami mendatangi dari atas dengan meletakkan kedua~dua kaki di bawah punggung isteri seolah-olah duduk bersila juga. Dalam keadaan ini, suami dan isteri itu seolah-olah melekat.

Posisi ini baik kerana purana isteri akan lebih mudah terangsang sebab keadaan farai ternaik dan terbuka lebar. Purana dapat meneecah batang zakar. Namun begitu, pergerakannya adalah kurang bebas, tersekat oleh kedudukan yang seakan-akan mengunei. Boleh dilakukan jika serasi.

Isteri baring terlentang dengan mengangkatkan satu kakinya ke atas bahu suami dan satu kaki lagi dilipat dan dihampirkan ke dadanya sendiri bagai mahu duduk bersila. Suami mendatangi dari atas sama ada secara mencangkung atau bertupang lutut.

Tangan suami boleh di gunakan untuk memegang kaki isteri yang berada di atas bahunya atau memegang badan isteri bagi menetapkan lagi dayungan. Posisi ini dapat mencapai Makam Atas, Kiri dan Kanan dan tusukan boleh dibuat dengan dalam dan berkesan terhadap faraj.

Isteri berbaring terlentang dengan kedua kakinya diangkat pada tapak kaki seakan-akan seperti duduk bertemu tumit. Kedua-dua peha isteri dirapatkan pada dadanya. Suami mendatangi isteri dengan cara melawan arus, jika kepada isteri ke barat, kepala suami pula ke timur. Datangnya suami ialah secara berteleku di atas kedua lutut dan siku. Gerakan dayungan ialah menggunakan peha, bukan pinggang suami, ini menolong melambatkan pancutan mani jika sempurna kerjanya dan dapat mendatangkan kelazatan yang tinggi pada isteri.

Ini adalah satu variasi senggaina yang agak menarik di mana suami menjimak isteri dari keadaan duduk bersila sedangkan isteri berbaring dalam keadaan meniarap. Dengan keadaan ini, suami akan dapat menusuk ke faraj dengan kedudukan yang berlawanan dari biasa dan dapat menjejak ke Makam Bawah dengan berkesan.

Cara untuk melakukan posisi ini ialah, mula-mula suami duduk dalam keadaan menemukan kedua-dua telapak kaki. Isteri duduk di atas suami dengan cara belakangnya mengliala pada suami. Dengan cara itu maka suami memasukkan zakar ke dalam faraj isteri. Kemudian dengan perlahan-lahan, isteri akan merebahkan badannya ke depan untuk meniarap sambil melunjurkan kakinya ke belakang. Pastikan bahawa zakar tidak terkeluar dari faraj. Kemudian barulah mulakan dayungan.

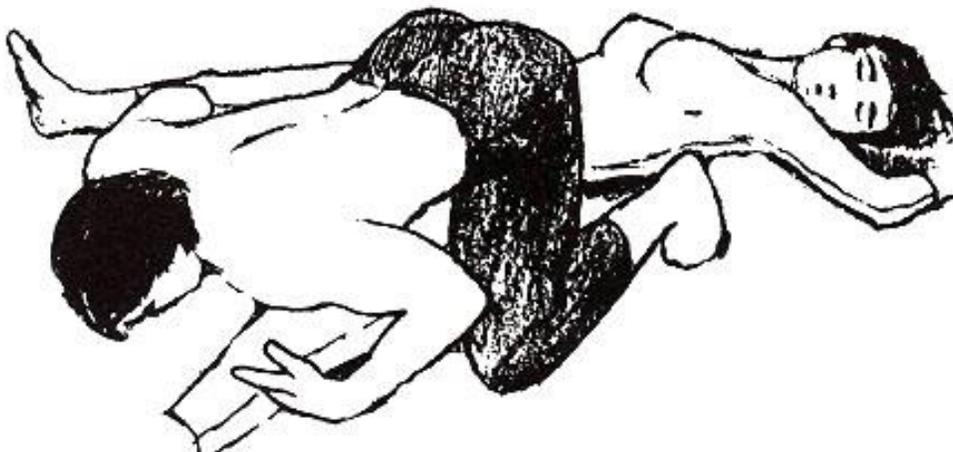
Melalui posisi ini, sebaik-baiknya isteri memainkan peranan mendayung kerana pergerakan suami adalah terhad. Suami akan memainkan peranan untuk membantu dayungan bagi memastikan zakar menusuk lebih dalam ke faraj. Tangan suami memainkan peranan memegang pinggang isteri bagi membantu menyenangkan pergerakan dayungan. Posisi ini elok dilakukan sekiranya suarei mengidap sakit pinggang, dengan membiarkan isteri saja berdayung.

Perlu dicatat bahawa posisi ini baik sebagai posisi selangan yang sementara. Posisi paling baik sebagai penyudah bagi jimak ialah dalam keadaan suami di atas dan isteri di bawah. Ini kerana apabila pasangan inzal bersama, pelukan yang erat dapat dilakukan.

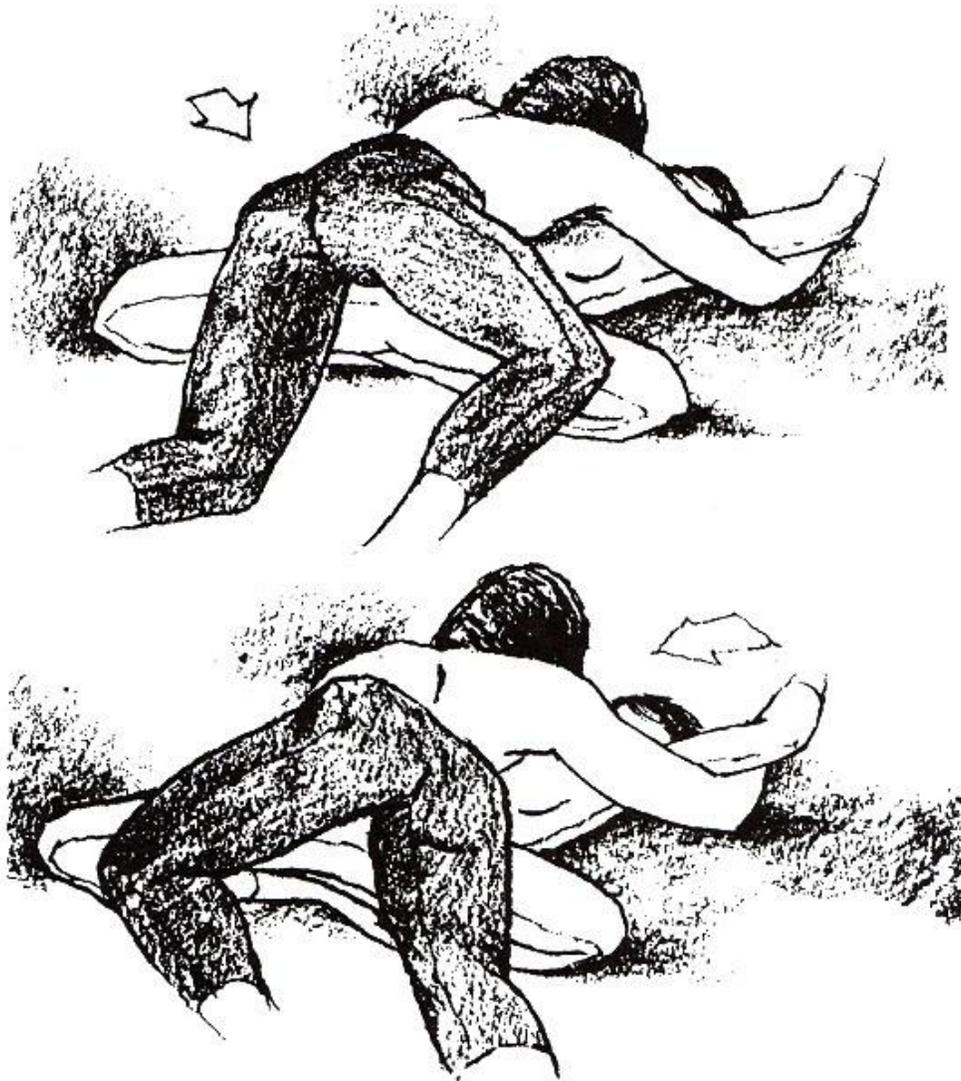
BUKIT SIGUNTANG

Ini adalah satu cara jimak bila mana isteri berbaring terlentang dengan kedua kakinya terbuka luas dan diluruskan sementara suami pula mendatanginya dalam keadaan seperti duduk mencangkung di atasnya.

Dayungan bagi posisi ini adalah menggunakan peha suami bukannya menggunakan pinggang. Tangan suami mempunyai kelapangan di posisi ini di mana ia bebas untuk memegang payudara atau mengusap-ngusap badan isteri atau boleh juga membangkitkan nafsu Biji Purana dan sekitar bibir faraj isteri sambil berjimak.

MELAWAN ARUS

Posisi ini menolong suami tahan lama dalam jimak. Caranya, suami mulakan jimak dengan cara biasa sebelum berdayung, pusing badan melawan arus, pastikan zakar tidak keluar dan faraj. Apabila telah mencapai posisi sebagaimana di atas maka suami berdayung dengan perlahan dan berhati-hati sebanyak 30 dayungan. Kemudian pusing semula ke posisi biasa dan teruskan jimak. Jika suami terasa ngilu dan mahu memancutkan mani maka pergi semula ke posisi melawan arus dan ulangi dayungan.

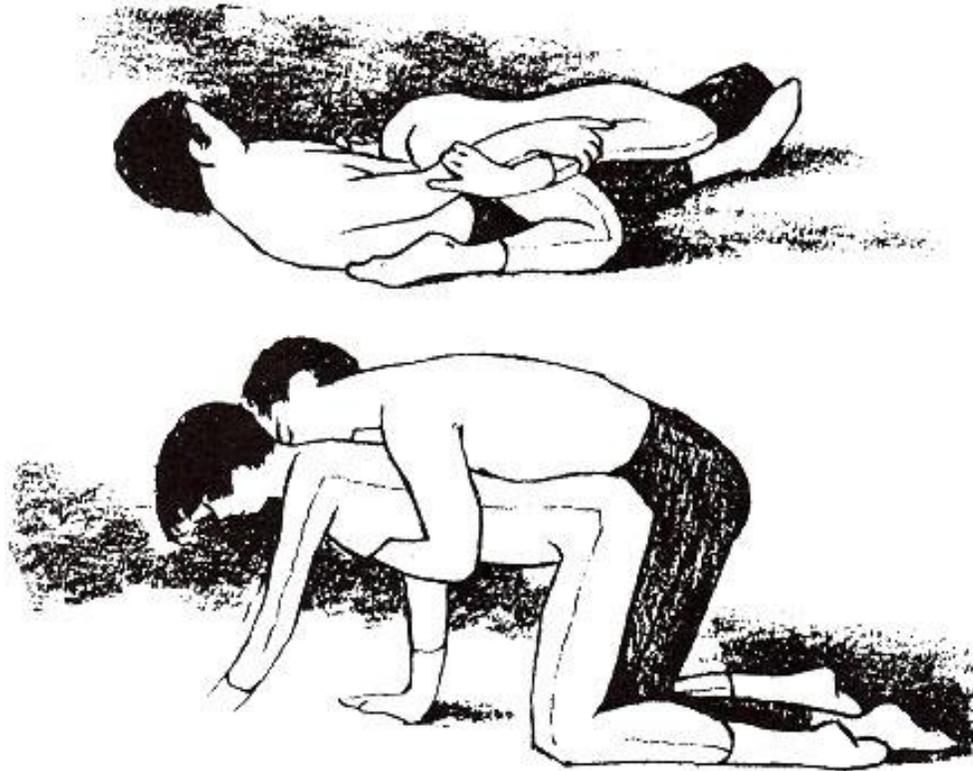
OMBAK BERALUN

Posisi ini agak unik di mana suami menjimak isteri dengan dayungan yang dilakukan secara bergilir-gilir iaitu dengan menusuk ke Makam Kanan dan menariknya kemudian menusuk pula ke Makam Kiri. Caranya ialah dengan membaringkan isteri agar terlentang dengan kedua kakinya terbuka lebar dan dilipatkan ke bawah punggung.

Suami pula berada di dalam keadaan meniarap dengan satu kaki di luruskan semen tara kaki yang satu lagi dibengkokkan. Pcrgerakan dayungan adalah dengan menggunakan pinggang. Dada suami perlu menekan payudara isteri, punggung suami semasa berdayung perlu bebas agar mudah menghalakan zakar ke kiri dan ke kanan. Giliran menusuk ke kiri atau ke kanan itu boleh dilakukan berselang dua dayungan atau berselang tiga, barulah ditukar ke hala yang baru, ianya bebas mengikut kesesuaian pasangan.

# Posisi Senggama Barat

Sebenarnya terdapat beratus-ratus posisi jimak yang diketahui di Timur mahupun di Barat. Namun begitu, kebanyakan dari posisi jimak adalah lebih kurang sama dan banyak juga dari posisi jimak itu hanya posisi sementara. Jika pembaca membaca buku-buku seksologi Barat dan membandingkannya dengan pengetahuan Timur zaman dahulu, akan didapati bahawa banyak dari posisi jimak Barat itu telah diketahui di Timur zaman berzaman.

TARIK TALI

Illustrasi atas, isteri berada di atas dan melawan arus sedangkan suami berada di bawah dalam keadaan terlentang. Di posisi ini isteri akan berdayung, mengambil alih tugas suami. Satu perkara yang menarik bagi diperhatikan ialah posisi ini membolehkan suami menusukkan zakarnya agar masuk terbalik dari keadaan biasa. Keadaan ini memberikan rasa yang berbeza pada isteri. Kemungkinan untuk suami lambat inzal memang ada kerana posisi ini adalah mirip kepada posisi Melawan Arus dan Paksi Bumi yang diketahui oleh orang-orang Melayu.

ANJING BURUAN

Illustrasi bawah. Isteri dijimak farajnya dari arah belakangnya. Dengan posisi ini, suami berpeluang untuk mengusap payudara isteri dengan bebas. Zakar suami dapat menusuk dengan dalam ke dasar faraj. Namun begitu harus diingat bahawa mungkin posisi ini tidak disukai oleh isteri. Cubalah dahulu dan tanya pendapatnya agar dapat melakukan jimak dengan penuh toteransi dan nikmat.

# Posisi Taman Wangi

Posisi-posisi berikut diajarkan oleh Sheikh Omar bin Mohammad Nefwazi (1350) dalam buku Taman Wangi, dilulis khas untuk Menteri Tunisia. Posisi-posisi untuk rujukan:

1. Posisi yang dipanggil Gaya Ular (Hannechi). Isteri berbaring dengan terlentang, peha terangkat, suami mendatangi dari celah kaki isteri. Zakar dimasukkan, jari ditekan ke tanali agar menjimak dengan mudah.
2. Isteri berbaring terlentang, kakinya diangkat ke udara agar kedua-dua kaki isteri berdekatan dengan telinganya. Posisi ini mengangkat punggung isteri, farajnya akan ternaik ke atas.
3. Isteri terlentang di lantai. Suami masuk menerusi celah pehanya. Satu dari kakinya diletakkan di atas bahu suami, satu lagi di bawah ketiak suami. Zakar dimasukkan.
4. Isteri baring terlentang, kedua kakinya di atas bahu suami. Pastikan supaya faraj isteri tidak sampai menyentuhi lantai. Masukkan zakar.
5. Isteri berbaring di bahagian rusuknya. Suami pula berbaring di sebelah isteri. Masukkan peha suami di celah peha isteri dan zakar ke farajnya. Posisi ini dipanggil Jenabi.
6. Isteri meletakkan lutut dan siku di atas lantai atau katil seperti orang sedang sujud. Maka farajnya akan temaik ke belakang. Zakar dimasukkan. Posisi ini dipanggil Begouri atau Lembu Jantan.
7. Isteri berada di atas rusuknya. Suajni mencangkung antara dua pehanya kemudian diletakkan sebelah kaki suami di atas bahu isteri, sebelah lagi antara peha suami. Zakar dimasukkan. Isteri ditarik dengan tangan supaya dapat didakap.
8. Isteri berbaring terlentang, kakinya disilangkan naik ke atas dalam keadaan melutut. Letakkan kedua kakinya di bawah peha dan masukkan zakar.
9. Isteri bongkok ke depan, belakangnya disandarkan kepada suatu bangku yang agak sederhana tingginya. Dengan kaki isteri di lantai. Zakar dimasukkan.
10. Isteri berada hampir dengan bangku yang rendan dan memegang bangku itu. Suami mendatangi dari belakangnya, angkat-kaki isteri setinggi pusat suami. Biarkan isteri kepit dengan kedua kakinya. Masukkan zakar sambil pegang bangku.
11. Isteri baring terlentang di atas lantai yang di alas dengan bantal di bunt urn y a dan kedua tapak kakinya bertemu. Suami mendatangi dari antara celah kakinya. Masukkan zakar.

# Bab Beberapa Petua Ketika Jimak

Melipuli cara isteri memposisikan dirinya dalam Tungguan Rindu, petua Yin Yang (Cina) dalam dayungan jimak, petua mengenau jantina anak dari jimak, petua Barat memilih jantina anak perempuan atau lelaki,

# Tungguan Rindu

Isteri dapat merasakan nikmat jimak yang jauh lebih hebat dari suami asalkan suami pandai menjimaknya. Kepandaian itu pada asasnya adalah pengetahuan berbagai cara memberikan nafkah batin. Sebagaimana pemberian nafkah zahir juga, keberbagaian itu dapat mengurangkan perasaan bosan dan meningkatkan kesukaan.

Faraj itu secara keseluruhannya terdiri dari alat kelamin yang kaya dengan pembuluh darali yang ainat perasa. Namun begitu, deria rasa kenikmatan bukan hanya terletak di faraj, malah pada seluruh tubuh isteri. Otot-otot peha atau betis isteri pun akan mentakrif signal keenakan yang berbeza-beza mengikut kedudukannya yang berlainan. sebagai satu contoh senang, pembaca akan mengalami sensasi yang berbeza jika telunjuk diluruskan berbanding apabila ia dibengkokkan. Walau pun urat-uratnya serupa saja tetapi otot-otot yang digerakkan itu menghantar signal yang berbeza pada otak.

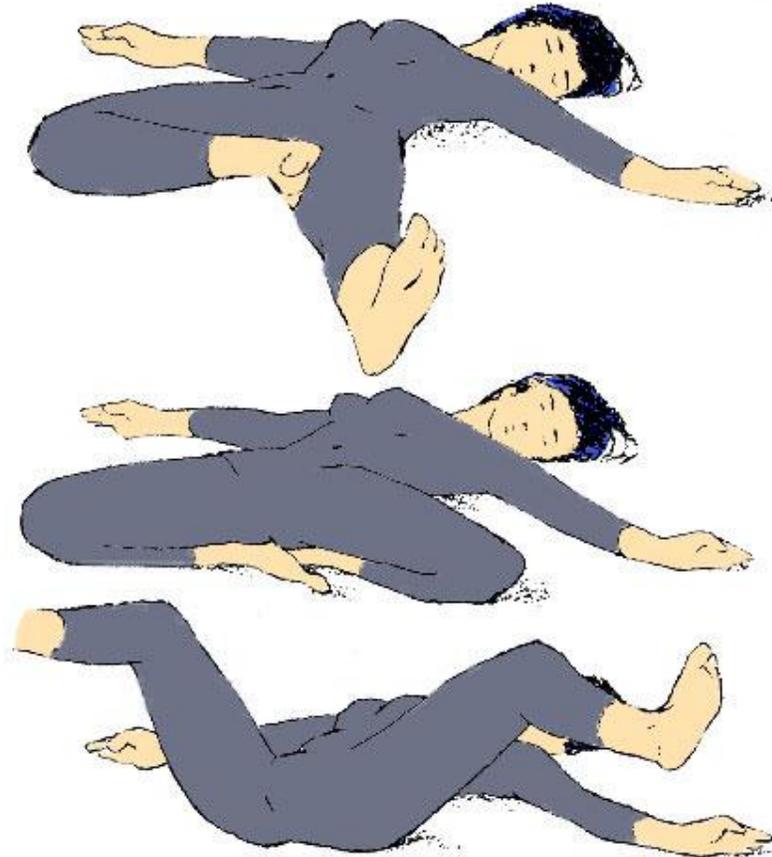
Kenikmatan yang berbeza akan dinikmati oleh isteri dengan hanya mengubah kedudukan betis dan pehanya. Ini adalah faktor yang perlu disedari kerana ia banyak membantu suami. Sebagaimana diketahui, gerakan suami adalah terhad. Ada di antara kedudukan suami yang tidak berapa sesuai kerana banyak menggunakan tenaga pinggang. Gerakan pinggang lebih mudah meleuhkan. Sekiranya pada masa itu suami tidak pandai meningkatkan keghairahan isteri dengan cepat maka suami akan kecundang dalam jimak dan isteri akan bosan.

Perkaliwinan yang berlangsung seumur hidup itu memerlukan variasi dalam posisi jimak. antara posisi yang terbaik ialah di mana isteri berada di bawah. Ini kerana, bersesuaian dengan pengetahuan Timur, posisi sedemikian akan dapat menyasar tusukan kepada makam-makam dengan mudah. gerakan suami pun lebih bebas dan suami boleh menggunakan gerakan pehanya kerana jimak boleh dilakukan dari posisi mencangkung. Maka teknik-teknik tentang kedudukan kaki isteri itu penting bagi memberikan kenikmatan dan mengurangkan keletihan isteri.

Terdapat beberapa posisi yang penulis panggil sebagai Tungguan Rindu, dikumpulkan dari berbagai punca dan dipilih kerana kelebihan yang ada padanya. Ia menunjukkan bagaimanakah isteri patut memposisikan dirinya semasa jimak. Posisi-posisi ini seharusnya diajarkan kepada isteri sedikit demi sedikit, agar dia dapat mengamalkannya ketika jimak, agar kedua-dua pasangan lebih kreatif dalam jimak dan tidak terlalu mekanistik. Pereubaan dan penemuan adalah lebih membaliagiakan perasaan suami isteri. Dari pereubaan berbagai posisilah, akan dapat dipilih mana-mana posisi yang paling sesuai dengan keadaan kejadian dan bentuk tubuh badan pasangan.

Lakuan jimak sepatutnya dibincangkan dengan isteri, agar suami dapat mengetaliui apakah cara jimak yang disukainya. Sebagaimana dari segi makan, ada makanan yang lebih disukai. Faktor-faktor kesihatan juga membuatkan pasangan hanya memilih beberapa posisi yang paling sesuai.

TUNGGUAN SELASIH

Illustrasi di atas. Isteri berbaring terlenlang dengan sebelah kakinya dilunjurkan sementara sebelah lagi dilipatkan dengan hujung kaki itu berada di atas pehanya. Ini adalah posisi yang juga boleh mendatangkan nikmat yang luar biasa kepada isteri.

TUNGGUAN SENDUDUK PUTIH

Illustrasi tengah. Posisi ini amat baik untuk dicuba. Isteri berbaring dengan kedua pehanya dibuka luas dan kakinya dilipatkan ke bawah punggungnya. Dengan posisi ini, lubang faraj akan terbuka luas dan suami akan dapat menusuk makam bawah dengan jayanya. Posisi ini mungkin dapat memberikan nikmat yang hebat kepada isteri kerana rangsangan terhadap purana adalah berkesan.

TUNGGUAN TERATAI

Illustrasi bawah. Ini posisi yang menolong mencapai Makam Atas. Caranya isteri berbaring dengan kedua kakinya dibuka lebar dan dibawa ke arah mukanya. Suami boleh menjimak dari posisi seperti meniarap. Dengan cara ini zakar boleh masuk hingga habis. Dengan sedikit variasi, Makam Tengah juga boleh dicapai.

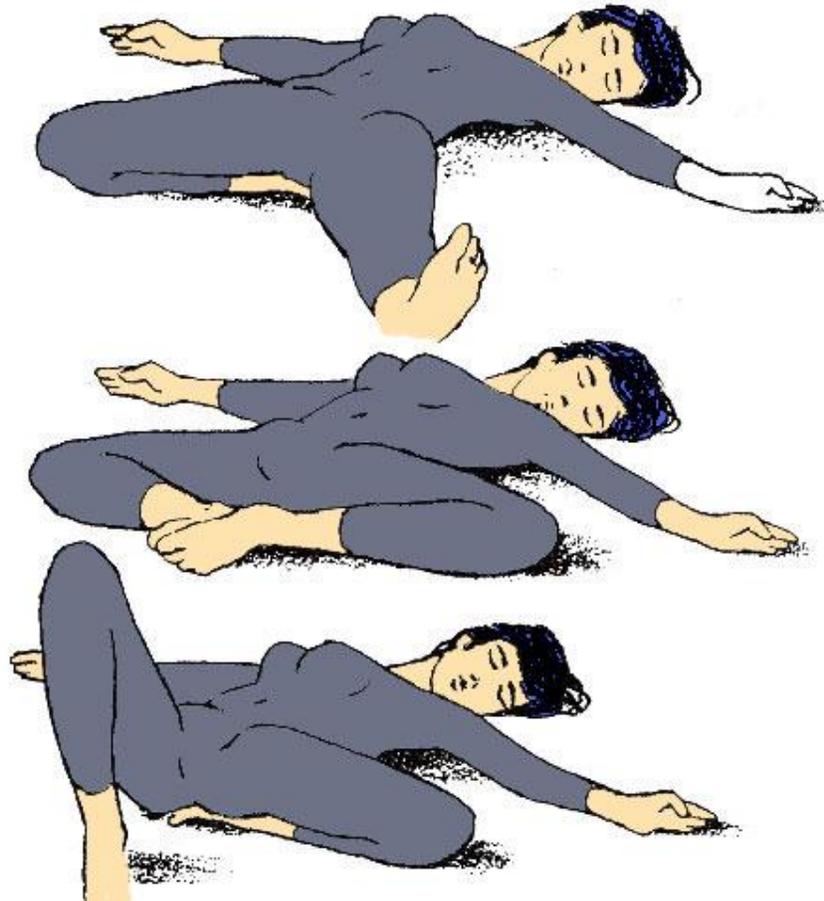
TUNGGUAN KIAMBANG

Illustrasi atas. Posisi ini adalah posisi yang dapat mendatangkan nikmat yang tiada terhingga kepada isteri. Caranya ialah, isteri berbaring terlentang dengan kedua-dua kakinya diangkatkan tinggi ke arah dadanya dan kedua tapak kakinya bertemu. Ini membolehkan rongga faraj terbuka luas dan menjadi bengkok, menjadikannya untuk menerima rangsangan yang kuat dari tusukan zakar. Suami boleh menjima isteri dengan posisi mencangkung. Bagi membantu isteri agar jangan kepenatan, suami boleh memegang kedua kaki isterinya itu iaitu di bahagian jari-jari kaki dengan isterinya itu iaitu di bahagian jari-jari kaki dengan tangan suami.

TUNGGUAN BUNGA SERUNAI

Illustrasi bawah. Posisi ini menolong untuk mencapai Makam Tengah. Caranya ialah, isteri berbaring dengan kedua kakinya dijulangkan tinggi dan suami boleh sama ada memegang dipergelangan buku lali kakinya atau kedua-dua betisnya diletakkan di atas bahu kiri dan kanan suami. Suami menjimak dari keadaan duduk mencangkung, ini dapat mengelakkan suami dari mudah merasa penat, ketika berdayung kerana pergerakan dayungan dilakukan oleh peha-peha suami dan bukan pinggang suami.

TUNGGUAN BUNGA PEKAN

Illustrasi atas. Isteri berbaring terlentang dengan satu dari kakinya dilipatkan ke punggungnya sementara kaki yang satu lagi dilunjurkan. Posisi ini dapat menolong suami menusukkan zakarnya ke Makam Kiri dan Makam Kanan dengan mudah dan akan digemari oleh isteri.

TUNGGUAN SENDUDUK MERAH

Illustrasi tengah. Isteri berbaring terlentang dalam keadaan kedua-dua tapak kaki isteri ditemukan. Cara ini akan membuka rongga rahim dan faraj isteri dengan lebih luas lagi. Posisi ini menolong urat-urat yang masih tidak dapat merasaikan tusukan zakar agar dapat merasainya dan isteri akan merasakan kenikmatan yang berbeza. Suami pun dapat berdayung dengan bebas dengan posisi ini.

TUNGGUAN BUNGA CINA

Illustrasi bawah. Isteri berbaring terlentang, sebelah dari kakinya dilunjurkan sementara sebelah lagi ditegakkan sambil dilipat. Suami boleh menjimak dengan menusuk ke arah kiri atau kanan mengikut letak kaki isteri. Posisi ini akan digemari oleh isteri kerana kelazatan yang dapat dirasakan olehnya.

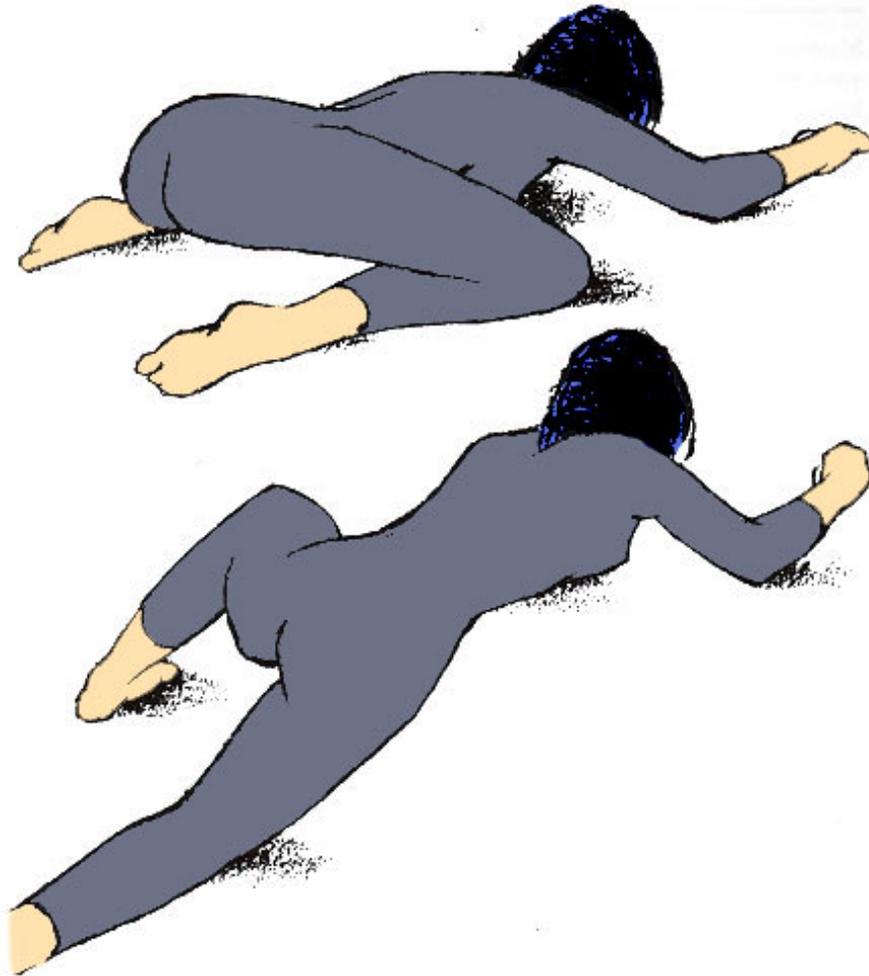
TUNGGUAN BUNGA MELOR

Illustrasi alas. Isteri berbaring dengan kedua-dua kakinya dijulang tetapi dilipatkan seolah-olah dia sedang duduk bersila. Dengan cara ini daging-daging purananya di kanan dan kiri akan dapat merasa batang zakar suami dengan baik dan dapat memberikan nikmat yang hebat. Semasa menjayakan posisi ini, sedapat-dapatnya, jangan isteri menekankan kedua-dua kaki yang dilipatkan itu ke dacla suami tetapi menghampirkannya ke arah dada isteri. Bagi mengelakkan isteri dari terasa kepenatan mengangkat kaki, suami boleh memegang kedua kaki tersebut di bahagian pehanya.

TUNGGUAN BUNGA RAYA

Illustrasi bawah. Isteri berbaring dengan satu kakinya dijulangkan ke atas sementara satu lagi kakinya dilipatkan ke bawah punggungnya. Dengan cara ini suami akan dapat mencapai Makam Kiri atau Kanan isteri dengan baik sekali. Posisi ini amat memberahikan isteri. Ada baiknya jika suami memegang kaki isteri yang dijulangkan itu bagi mengelakkan isteri dari merasa kepenatan. Satu lagi cara yang elok dicuba ialah, jika isteri menjulangkan kaki kanan, suami menusuk zakarnya ke arah kanan dengan memeluk kaki isteri yang dijulangkan itu. Ia dapat memberikan kenikmatan yang hebat kepada isteri.

TUNGGUAN AYAM DIDIK

Illustrasi atas. Isteri berada di atas suami dengan berkeadaan duduk dan kedua-dua pehanya dibuka. Posisi ini memerlukan isteri untuk aktif dalam mendayung. Suaini berada di bawah isteri dengan berbaring terlentang. Posisi ini menolong untuk memasukkan zakar hingga habis ke dalam faraj isteri.

TUNGGUAN ULAR MENJALAR

Illustrasi bawah. Isteri berada di atas suami, satu kaki isteri dilunjurkan sementara yang satu lagi dibengkokkan. Posisi ini menolong suami untuk menusuk ke Makam Kiri atau Kanan bergantung kepada kaki mana yang dibengkokkan oleh isteri. Dalam posisi ini, isteri akan berdayung. Suami boleh juga berdayung tetapi hanya membantu isteri dengan melakukan dayungan yang bergilir atau dayungan yang serentak. Ini dapat menambahkan kenikmatan kepada isteri.

# Petua Yin Yang Dalam Dayungan Senggama.

Masyarakal Cina kuno amat terkenal dengan ilmu Yin Yang, Ia adalah satu ilmu yang meliputi berbagai aspek kehidupan yang berasaskan pada pasangan, iokus kepada kesihatan dan kekuatan. Yin adalah simbol kelembutan, lainbangnya ialah Burung Bayan atau Phoenix, sementara Yang pula ialah adalah simbol kekuatan, lambangnya ialah Naga atau Dragon. Pendek kata semua yang ada di dunia ini ada Yin dan ada Yang. Matahari itu Yang dan bulan itu Yin. Dalam jimak juga ada Yang dan Yin. Maharaja Cina di zaman silam dikatakan sangat kuat berjimak dan mempunyai hingga 300 gundik yang tinggal di satu tempat khas dan dikawal oleh pengawal-pengawal yang kasi. Tahannya Maharaja itu berjimak dikaitkan dengan sebab makanan dan juga ilmu berdayung semasa jimak. Antaranya dieatatkan di bawah ini:

1. Dayungan Kesabaran.
   Berdayung dengan perlahan ketika menusuk zakar tetapi bila menariknya, tarik dengan pantas. Didapati bahawa kacdah ini juga diketahui oleh Masyarakat Melayu. Gerakan dayungan ini mempunyai kesan yang baik kepada kedua pasangan.

2. Dayungan Kiraan.
   Hitung sewaktu berdayung itu, misalnya boleh lakukan 40 kali dayungan dengan tempo lambat, diikuti oleh 40 kali dayungan dengan tempo cepat secara bergilir-giltr.

3. Dayungan Hentian.
   Berdayung'secara berselang seli dengan rehat sejenak. dayung 2 kali kemudian rehat sebentar kemudian dayung lagi dan berhenti. Boleh juga dilakukan 3 kali atau lebih.

4. Dayungan Berpasangan.
   Suami berdayung, berhenti kemudian isteri pula berdayung, berhenti. Begitulah dilakukan bergilir-gilir. Boleh juga berdayung serentak. Boleh juga dilakukan dalam keadaan di mana suami berdayung dari atas ke bawah sementara isteri berdayung dari kiri ke kanan.

5. Dayungan Kekasih.
   Isteri saja yang melakukan dayungan sedangkan suami mendiamkan diri.

6. Dayungan Berdukung.
   Sambil berdukung, isteri didukung dan dibawa berjalan-jalan disertai dengan makan minum.

7. Dayungan Beradas.
   Suami duduk di kemsi malas dan isteri duduk di atas suami. Kerusi itu digerakkan, lantas mengurangkan penggunaan tenaga untuk berdayung. Isteri juga boleh duduk di bawah suami.

# Jantina Anak Dari Hubungan Kelamin

Para ilmuan Islam terdahulu beipendapat bahawa sifat tertumpahnya nutfah ke rahim sewaktu jimak iaitu dari segi sama ada mani suami atau isteri terdahulu keluaniya dari segi banyaknya, melambangkan jantina anak yang akan lahir dari perlakuan jimak tersebut, Perbincangan mengenainya boleh dirujuk di dalam kitab TJbab.

Menurut Sheikh Ajhuri, anak dijadikan oleh Allah s.w.t. dari mani lelaki dan mani perempuan. Jika mani lelaki itu banyak daripada mani perempuan maka anak yang bakal dilahirkan itu akan menyerupai bapanya dan jika mani perempuan yng lebih banyak maka akan menyerupai ibunya.

Menurut Sheikh Ibnu Hajar dalam Syarh Bukhari, bahawa keadaan anak itu sama ada menyerupai bapanya atau ibunya bergantung kepada enam keadaan:

1. Mani lelaki dahulu keluar dan lebih banyak. Anak yang bakal lahir adalah anak lelaki yang menyerupai bapanya.
2. Mani perempuan dahulu keluar dan lebih banyak. Anak yang bakal dilahirkan adalah (lelaki) yang menyerupai ibunya.
3. Mani lelaki dahulu yang keluar, tapi mani perempuan yang banyak. Anak yang bakal lahir adalah (perempuan) menyerupai ibunya.
4. Mani perempuan dahulu keluar, tapi mani lelaki banyak. Bakal anak yang dilahirkan adalah anak perempuan menyerupai bapanya.
5. Mani lelaki dahulu keluar dan sama banyak dengan mani perempuan. Bakal dilahirkan anak lelaki yang tiada serupa dengan sama ada bapanya atau ibunya.
6. Mani perempuan dahulu keluar dan sama banyak dengan mani lelaki. Bakal dilahirkan anak perempuan yang tiada serupa dengan sama ada bapanya atau ibunya.

Tersebut juga di dalam Syarh Hadis sekiranya tiada diketahui sama ada keluar atau tidak mani oleh kedua-duanya maka anak yang bakal lahir itu adalah lelaki dan perempuan (tidak dapat ditentukan jantinanya - penulis).

Apabila diteliti akan tanda-tanda pengenalan ini, disedari bahawa amatlah sukar bagi dipastikan mani suamikah atau isteri yang keluar dahulu dan mani siapa terlebih banyak. Menurut seksologi moden, perempuan hanya mengeluarkan satu ovum pada satu pusingan haid dan sperma lelaki akan berenang menuju ovum itu bagi bersenyawa. Kemungkinan besar bahawa apa yang dimaksudkan dengan keluarnya mani itu ialah inzal kerana inzal boleh terdahulu terkemudian. Bagaimanapun, hakikat anak menyerupai bapa atau ibu masih belum dapat dipecahkan rahsianya oleh sains hingga ke tarikh buku ini ditulis.

# Petua Barat Memilih Jantina Anak

Di Barat, Dr. Shettles telah menggariskan petua yang boleh menolong pasangan suami isteri bagi memilih jantina anak yang bakal dilahirkan. Cara ini agak mudali dilakukan dan ia berguna untuk dibandingkan dengan pendapat-pendapat ilmuan zaman dahulu. Berikut adalah apa yang dikemukakan oleh Dr. Shettles.

"Perbezaan dalam bentuk dan saiz, serta nisbah keseluruhan kandungan sperma mengikut seks, menunjukkan bahawa faktor- faktor lain juga terlibat, selain dari banyaknya jumlah sperma itu. Kelajuan sperma mengalir untuk bersenyawa nampaknya lebih menguntungkan sperma yang mengandungi benih lelaki (Jenis Y) kerana mereka adalah lebih kecil. Pada ketika kesuburan isteri, mereka akan dapat berenang dengan pantas dengan tenaga yang sama berbanding benih wanita (Jenis X)".

"Menjarangkan melakukan jimak akan lebih memungkinkan sperma jenis Y (benih untuk anak lelaki) menjadi lebih banyak. Menjarangkan melakukan jimak akan membanyakkan endosperma (yang akan menghasilkan anak lelaki) sedangkan kandungan sperma yang sedikit adalah lebih mirip kepada melahirkan anak perempuan".

"Pada seorang lelaki iaitu pada setiap satu sentimeter padu mani, akan ada hingga 20 juta sperma. Bagi kandungan sperma yang kurang dari itu, kemungkinan besar hanya akan terdapat benih jenis X, apatah lagi jika hanya terdapat 1 juta sperma. Faktor ketiga pula ialah ketahanan usia sperma, di mana didapati bahawa Jenis X (anak perempuan) adalah lebih tahan usianya".

"Berhubungkait dengan faktor di atas adalah perubahan suasana di dasar faraj di dalam rahim sebelum dan semasa keluarnya benih dari isteri (ovum). Pada masa subur ini (ovulasi) maka mazi rahim (atau cervical mueus) adalah lebih banyak dan mempunyai zat pahit (alkaline), paling pekat dan adalah paling sesuai bagi dilalui oleh spenna dan hidup. Tapi suasana dimana terdapatnya lebih banyak zat asam (asid) di dalam kawasan pangkal rahim sehari atau lebih sebelum keluarnya ovum adalah kurang baik untuk sperma. Pada keadaan ini hanya benih jenis X yang mempunyai peluang untuk hidup. Potensi untuk mendapat anak lelaki atau perempuan berbeza dengan jelasnya antara satu lelaki dengan lelaki yang lain. Penggunaan pengetahuan ini adalah ditentukan oleh masa atau ketika melakukan jimak berbanding dengan masa keluarnya ovum isteri".

Maka terdapat dua cara daripada penemuan di atas yang boleh dilakukan. Pertama, jika mahukan anak lelaki, keduanya jika mahukan anak perempuan. Walau pun kebiasaannya pasangan suami isteri tidak mengira sama ada anak yang bakal lahir itu lelaki atau perempuan, namun ada pasangan yang benar-benar mahukan anak lelaki atau perempuan setelah beberapa lama. Kaedah ini mudah dilakukan dan ia tergolong kepada usaha biasa manusia. Keadaan janin hanya Allah yang Maha Mengetahui hakikatnya. Manusia hanya sekadar berusaha seberapa termampu berdasarkan pengetahuannya.

## Petua Barat Mendapatkan Anak Perempuan

Kata Dr. Shettles, cara memilih jantina ini tidaklah dijamin sepenuhnya untuk berjaya dalam semua keadaan. Tapi kaedab-kaedahnya yang mudah ini selamat dan tiada yang tidak manis mengenainya serta tiada agama yang melarang cara sedemikian. Ianya boleti dilakukan dengan mudah di rumah. Hasil kajian menunjukkan bahawa kejayaannya ialah 80% dan jika pasangan suami isteri itu benar-benar melakukan semprotan (pancutan) pada faraj dengan cecair zat asam atau pahit itu dengan betul serta menentukan masa yang betul untuk jimak maka kejayaan ke tahap 90% akan dapat dicapai.

Berikut ini adalah cara-cara yang harus dilakukan apabila mahu mendapatkan anak perempuan:

1. Senggama hendaklah diberhentikan dua atau tiga hari sebelum kesuburan isteri (Ovulasi).
2. Setiap jimak mestilah didahulukan dengan memasukkan cecair zat asam yang disediakan dengan cara membaneuh dua camea besar cuka putih (cuka makan) ke dalam satu gelas besar air (isipadu 1 quart). Ini untuk menjamin kemenangan benih perempuan (jenis X) dari sperma suami dan akan melimpahkan pergerakan benih lelaki (Jenis Y).
3. Jika isteri biasanya mencapai inzal pada masa jimak itu, dia patutlah cuba untuk mengelakkannya. Ini kerana inzal akan meningkatkan pengeluaran zat pahit rahim faraj dan ini akan melemahkan suasana zat asam yang telah dibentuk menerusi langkah No. 2 di atas.
4. Posisi jimak yang patut dilakukan ialah cara berhadapan. Ini akan mengelakkan mani dari terpancut betul-betul pada dasar rahim dan dari itu tidak berpeluang melalui suasana zat asam yang telah dibentuk melalui langkah No. 2 di atas.
5. Suami hendaklah menaik sedikit zakarnya agar hanya separuh batang zakar berada di dalam faraj ketika suami inzal. Ini untuk menjamin bahawa sperma suami terdedah dengan zat asam di dalam faraj dan mesti berenang melintasinya untuk sampai ke dasar rahim.
6. Tidak perlu menangguhkan jimak. Ertinya, suami isteri haruslah kerap melakukan jimak hinggalah jimak akhir yang berlaku dua atau tiga hari sebelum keluarnya benih isteri (ovulation). Ini adalah kerana, dengan kerap berjimak maka kandungan sperma di dalam mani akan berkurangan dan mungkin akan meningkatan benih perempuan di dalamnya. Maka melakukan jimak lebih kerap untuk mendapatkan anak perempuan adalah digalakkan, seperti kata Dr. Shettles "Untuk mendapatkan anak perempuan adalah lebih menyeronokkan".

# Petua Barat Mendapatkan Anak Lelaki

Ada pasangan suami isteri suka mendapatkan anak lelaki sebagai anak yang sulung. Suami biasanya lebih suka mendapat anak sulung lelaki. Namun terdapat juga keluarga yang mana sederetan anak-anaknya adalah perempuan belaka dan ingin mendapat anak lelaki. Berikut adalah petua Dr. Shettles sebagai usaha bagi mendapatkan anak lelaki:

1. Senggama hendaklah dilakukan serapat atau sehampir yang boleh dengan masa keluarnya benih isteri (ovum) pada masa kesuburan (ovulasi).
2. Setiap jimak haruslah didahului dengan memasukkan cecair dari zat pahit iaitu dengan mencampurkan soda penaik (baking powder) sebanyak dua sudu besar ke dalam satu cawan besar air (sukatan 1 quart).
3. Inzal isteri tidak penting tetapi adalah digalakkan dalam usaha ini, Jika seorang wanita biasanya mengalami inzal, suaminya patutlah melakukan inzal bersaing dengan isterinya atau membuatkan isterinya inzal terlebih daliulu.
4. Posisi jimak dari belakang adalah posisi yang paling baik bagi tujuan ini. Ini dapat menjamin agar mani suami terpancut pada pintu rahim (womb) dan tidak pada dua ruang yang berada bersetentang dengannya (dinamakan cul-de-sac dan fomix hadapan). Ini penting kerana mazi isteri yang keluar dari rahim itu mempunyai zat pahit (alkali) yang tinggi, di mana ia mengandungi lebih banyak zat pahit berbanding lubang faraj dan suasana zat pahit ini adalah paling sesuai untuk benih anak lelaki (androsperms).
5. Semasa suami memancutkan maninya, hendaklah dia meletakkan zakarnya jauh ke dalam faraj, sedalam-dalamnya, untuk menjamin bahawa mani itu dihantar dekat dengan rahim.
6. Adalah perlu untuk tidak kerap berjimak. Senggama perlu dielakkan sepenuhnya dari mulanya haid kering hinggalah pada ketika kesuburan. Ini menolong untuk membanyakkan kandungan benih anak lelaki (androsperms) di dalam mani suami. Ini bermakna, jika jimak pertama pada bulan itu berlaku tepat pada masa kesuburan iaitu bila mazi rahim adalah banyak dan mempunyai zat pahit maka benih anak lelaki akan berenang dengan lajunya menuju benih isteri (ovum). Tapi jika jimak itu berlaku tereepat dua atau tiga hari sebelum kesuburan itu maka sebilangan besar dari benih anak lelaki itu akan lumpuh pada masa ketibaan benih isteri.

   Bagi benih anak perempuan (Jenis X), ia lebih beredar-edar dan menunggu ketibaan benih isteri kemudian baharu masuk untuk bersenyawa. Umur benih anak lelaki (Jenis Y) tidak tahan lama.

## Petua Barat Mengenai Masa Kesuburan Isteri

Cara mengenali masa subur digariskan melalui pengetahuan di Barat sebagaimana berikut:

1. Mengenal pasti suhu badan menggunakan pembaca suhu yang khas, dapat membaca hingga persepuluh darjah, yang diletakkan dimulut dan diambil bacaannya setiap hari bermula dari tarikh haid. Di sepanjang tarikh haid bacaan akan malar, turun 2/10 atau 3/10 darjah untuk beberapa hari berikutnya, turun 2/10 darjah atau lebih dalam masa sehari, tanda berakhirnya kesuburan. Rekod untuk 2 atau 3 pusingan haid bagi mendapat tarikh yang tepat.
2. Kaedah yang lebih stabil ialah menggunakan Tes-Tape yang boleh dibeli di kedai ubat iaitu segulung kertas warna kuning yang benibah ke warna biru dan hijau apabila terkena mazi di waktu subur kerana di waktu itu terdapat banyak glukosa. Bermula dari tarikh kering haid, koyakkan kertas itu dipagi hari 3 inei, lipatkannya di hujung jari telunjuk dan ikat dengan getah kecil dan masukkan hujung jari itu ke dalam faraj agar hujung jari itu meneecah pangkal rahim. (terasa benda keras seolah-olah menekan hujung hidung) dan biarkan jari berendam 10 ke 15 minit, keluarkan, lihat warna kertas. Simpan rekod selama 3 atau 5 pusingan haid.
3. 15% wanita akan mengalami Cubitan Kesuburan (Mittelsehmerz) iaitu keadaan sakit dirasai di bawah perut biasanya bahagian kanan semasa subur. Ada yang merasainya tepat di waktu ovum terpancut dari indungnya (follicle) dan ada yang mangalami sedikit pendarahan. Cubitan ini boieh dilatih. Pada hari ke 9 selepas haid, isteri cuba duduk dengan pantas di atas kerusi kayu 3 atau 4 kali ulang. Jika dirasai kesakitan maka catat harinya dan ulangi di bulan hadapan bagi mempastikan tarikh.
4. Mazi bersifat lekit dan seperti susu pada ketika biasa tapi lebih tipis dan cair bila mendekati subur dan cair seperti putih telur mentah (paling cair) ketika dalam kesuburan.
5. Kaedah yang kurang tepat ialah menganggap hari ke 14 sebagai hari subur. Itu hanyalah hari purata kerana ada wanita yang subur di hari ke 11 dan ada dihari ke.15 setelah kering haid, ada juga yang telah subur di hari ke 6 atau lebih awal. Namun begitu sebilangan besar wanita mengalaminya antara hari ke 11 hingga ke hari ke 15.

   Kekerapan suami berjimak adalah sebab ramai anak perempuan lahir. Menjimak isteri sebelum hari kesuburan juga menjadi sebabnya. Suami dan isteri yang tua juga antara sebabnya. Jika mahu menyemprot zat pahit terpaksa dilakukan 15 minit sebelum jimak agar ia mesra. Semprotan zat asam boleh dilakukan pada ketika itu juga. Benin jenis X hidup hingga 3 hari, Jenis Y hingga 24 jam. Ovum hanya hidup selama 12 jam, jarang sekali melebihi 24 jam.

# Bab Pemulihan Prestasi

Meliputi asas pengubatan tenaga batin secara umum, petua penjagaan tenaga batin, mengetahui bahawa mati pueuk adalah masalah semua lelaki, pentingnya jiwa yang tenang, koleksi ten tang penguatan tenaga batin, petua bagi mengeraskan zakar dan menguatkannya, petua melewatkan pancutan mani, petua membesarkan zakar, petua menghebatkan nikmat jimak dan re&epi- resepi maajun zaman dahulu serta amalan berkaitan jimak.

# Pengubatan Tenaga Batin

Lemah tenaga batin adalah salah satu penyakit. Di Barat, faktor psikologi dikatakan sebagai punca sebilangan besar penyakit ini sementara faktor fizikal biasa dibincangkan di Timur dan dalam Islam. Pada pendapat penults, faktor psikologi menjadi sebab lebih penting di Barat akibat pemisahan agama dari kehidupan berkeluarga. Seks yang bebas itu punca penyakit paling besar dan ia mengakibatkan layanan terhadap pasangan menjadi hambar dan diganggu oleh fantasia libido bersama orang lain. Di dalam Islam, layanan yang baik dan berlemah-lembut serta hormat menghormati antara suami, isteri adalah pencegahan otomatis dari segi sebab psikologi. Rasa mesra, setia dan berlimbangrasa dalam rumahtangga merupakan peneegab paling berkesan dalam Islam.

Di Timur, faktor psikologi itu datangnya kemudian. Maksudnya, amalan pemakanan, pernafasan, riadah dan amalan menyebabkan berbezanya tingkat keyakinan, kerisauan, marah, takut dan lainnya. Perkara ini telah menjadi andaian malar di Barat. Unsur kimia asing dalam makanan dan minuman serta udara secara langsung menjadi punca lemahnya tenaga batin sebagaimana diketahui di Timur tetapi di Barat perkara ini dianggap ringan.

Lemah tenaga batin kerana meningkatnya umur adalah perkara yang normal. Namun begitu, sekiranya otak memainkan peranan penting dalam hal ini maka fenomena yang sebenarnya berlaku ialah bahawa tenaga batin yang tersedia pada satu masa tidak mampu digunakan secara optima lantaran tersekat di dalam badan, tiada terdaya buat disalurkan dengan sempurna secukupnya. lemah tenaga batin mungkin adalah fenomena lemah menggunakan tenaga batin pada satu titik masa, berlaku di kalangan setengah-setengah pengidap.

Masalah tenaga batin yang gawat sepatutnya diubati dengan cara moden atau tradisional bergantung kepada puncanya. Lemah tenaga batin yang sementara adalah normal dan boleh diubati dengan cara berpantang, riadah dan urutan. Di Timur, gejala lemah tenaga batin juga dikaitkan dengan hal-hal mistik. Oleh itu dukun dan bomoh juga memainkan peranan dalam pengubatannya.

Rawatan tenaga batin yang bakal dicatatkan adalah bagi gejala yang ringan dan di peringkat permulaan. Kebanyakannya adalah amalan pemakanan dan berpantang. Bagi yang belum bermasalah lagi, amajan berpantang dan menjaga makan, minum serta pernafasan adalah berguna.

Keserasian satu-satu jenis ubat tidaklah dijamin oleh sesiapa. Satu jenis ubat merupakan satu usaha ke arah penyembuhan dan bukan satu penyembuh. Badan manusia berbeza dari satu komposisi unsur, berbeza sebab penyakit tetapi mungkin mengakibatkan penyakit yang sama sifatnya. Maka dari sebab itu, ubat yang berbeza diperlukan bagi mengubati punca penyakit, bukan penyakit itu. Jika puncanya dapat diubati maka kesembuhan adalah kekal. Jika tidak maka ubat hanya dapat meredakannya.

# Petua Penjagaan Tenaga Batin

Bahagian ini menyenaraikan amalan-amaJan petua yang umum baik untuk diamalkan oleh semua golongan kaum lelaki, sama ada yang telah menempuh masalah dan dalam proses berubat atau yang belum pernah menempuh sebarang masalah tenaga batin:

1. Kepalkan segenggam nasi sebesar jari kelingking sebelum menyuapnya kemudian telan tanpa menguyahnya. Elakkan dari makan nasi sejuk. Kurangkan kuah apabila makan nasi. Selepas makan nasi biarkan seketika sebelum minum air. AmaJkan buang air kecil di atas bunga kuku ibu jari kaki. Apabila buang air kecil di waktu pagi, lepaskan sedikit dahulu kemudian tahan seketika sehingga terasa sakit, barulah lepaskan kesemuanya. Elakkan dari buang air kecil dan buang air besar keluar bersama-sama. Sebelum buang air besar cloklah buang air kecil dahulu. AmaJkan buang air kecil di atas benda keras seperti simen, ba'u, besi dan lain-lain. Tutup mulut dan kacip gigi sewaktu air besar sedajig keluar. Elakkan dari amalan melancap. Biarkan badan sejuk seketika sebelum minum air ketika dahaga. Jangan berjimak dengan perempuan yang jauh lebih tua. Sewaktu udur jangan biarkan lutut isteri menindih kemaluan suami. Telan seekor belukur hidup enam bulan sekali.
2. Semasa makan nasi jangan sekali-kali minum air melainkan jika tereekik. Jangan makan sayap atau kepak ayam daging. Jangan sekali-kali membuang air kecil keuka berada di dalam air. Jangan buang air kecil terus ke atas tanah.
3. Kurangkan meminum air batu. Jika umur melebihi 30 tahun maka elakkan jimak melebihi 3 kali seminggu. Jangan sekaJi-kali berjimak di dalam air. Suami elakkan minum air sejurus saja lepas jimak. Elakkan dari terkena sebarang hentakan pada pinggang. Jangan biarkan zakar berendam terlalu lama di dalam faraj selepas jimak. Jangan sekali-kali jimak sewaktu isteri kedatangan haid. Jangan meneungkil gigi dengan rumput semuncut.
4. Semasa jimak jangan fikirkan tentangnya, fikir hal lain. Jauhkan sebarang gangguan semasa jimak. Jangan jimak ketika kenyang, lapar, dahaga, letih dan ketika badan tidak bersih. Masa jimak fikirkan bahawa sedang berbulan madu. Masa pancutan mani telah hampir, rehat dahulu kemudian teruskan. AmaJkan teknik jimak yang berbeza-beza dari masa kesemasa.
5. Bila buang air besar, letakkan tapak tangan di bawah lipatan lutut dan talian nafas seketika. Alat kelamin hendaklah dibersihkan sebelum dan selepas jimak. Elakkan dari menggunakan apa-apa bahan atau alat semasa jimak melainkan jika berubat. Lepas jimak maka tundukkan kepala ke paras lutut buat seketika dan isteri elok melakukannya setiap pagi apabila bangun dari tidur.

6. Amalkan meminum air suam. Amalkan meminum air didih beras seminggu sekali. Makan air daging yang telah diadun dengan rempah sebelum dimasukkan santan kelapa yang telah dimasak terlebih dahulu. Minum air jintan putih yang telah direbus sampai mendidih, sukatannya ialah satu sudu jintan putih dengan segelas air. Minum air halia bereampur sedikit' garam yang direbus hingga mendidih. Amalkan memakan ulam kunyit dan lengkuas berukuran 1 inei seminggu sekali. Makan seulas bawang putih dan jintan putih yang telah digoreng seminggu sekali, ramuannya ialah 3 ulas bawang putih dan 1 sudu kecil jintan putih. Amalkan minum air 7 jenis bunga berbau wangi dan 7 jenis pueuk atau ulam yang direbus hingga mendidih. Amalkan makan kulit buah jering dan isinya yang muda sebagai ulam nasi.
7. Kurangkan memakan makanan sejuk seperti epal, barli, peria, timun, telur itik, salad, bunga lily, limpa kambing, limau mandarin, mangga, buah pear, pepermin, bayam, strawberry, gandum, pisang embun, labu, tembikai, kepak ayam, nasi sejuk, daging ayam dan terung merah.
8. Jauhi makanan yang sama sifamya iaitu sejuk dengan sejuk atau panas dengan panas atau berlendir dengan berlendir.
9. Jangan makan makanan yang kurang masak atau makanan yang telah basi, serta kurangkan pekasam atau asam.
10. Makan hanya ketika lapar. Berhenti sebelum kenyang. Minum hanya ketika dahaga. Jimak hanya ketika ghalib syahwat. Tidur hanya bila rasa mengantuk. Bila minum jangan terlalu banyak. Jangan minum bersama makan atau makan bersama minum. Elakkan minum terlalu banyak air tanpa makan apa-apa.
11. Makan makanan seperu asparagus, kayu manis, ketumbar, kurma, bawang putih, halia, madu, susu, daging, beras, daun selasih, biji sawi, telur, halba dan garam, sama ada bersendiri atau dicampur dengan masakan.
12. Kaum lelaki amalkan memakai minyak wangi tanpa alkohol, paling baik minyak bunga ros, diletakkan dengan kapas ditelinga kanan iaitu pada ruang khas di cuping telinga yang berada di atas lubang telinga.
13. Amalkan bernafas dengan penuh, sebaiknya ditarik dengan penuh dan ditahan seketika kemudian hembus hingga habis tetapi sedikit-sedikit. Elakkan dari membau bauan yang busuk dan tidak menyenangkan, biasakan meneium wangian.
14. Amalkan meminum air masak mati di waktu pagi selepas saja bangun tidur segelas. Paling baik dicampur sedikit madu.

# Mati Pucuk Masalah Semua Lelaki

Mali pueuk adalah masalah yang dihadapi oleh semua lelaki. Cuma jenis mati pueuk yang berbeza-beza clan tempoh pengidapannya tidak sama. Mati pueuk yang gawat dibimbangi oleh lelaki. Dikalangan orang-orang Melayu terdapat bidalan "Biar tiada beras jangan tiada keras". yang secara implisit menyatakan bahaya mati pueuk kepada keharmonian rumahtangga.

Seorang suami yang mati pueuk akan ditimpa kerunsingan akibat dari gejala ini. Di zaman moden ini, ahli seksologi menyatakan bahawa mati pueuk itu banyak bersebab dari faktor psikologi maka kerunsingan tidak dapat mengubati mati pueuk. Cara yang paling elok adalah berubat secepat mungkin sama ada kepada doktor mahupun tabib.

Semua lelaki akan menghadapi mati pueuk, ada yang cuma berhari-hari, ada yang bertahun-tahun, ada yang seumur hidup. Punca mati pueuk itu banyak kerana kecederaan atau penyakit otak dan sistem saraf, penyakit buah pinggang, kecederaan pada zakar dan buah zakar atau jangkitan kuman, darah tinggi, kencing manis, penyakit di pundi kencing, urat-urat zakar telah mengembang atau kurangnya keanjalan otot kerana kurang riadah atau telah tua, disamping faktor psikologi. Ada juga mati pueuk yang dikaitkan dengan buatan orang menerusi ilmu sihir. Lelaki muda adalah dmasihatkan oleh orang tua-tua agar jangan mempennainkan perempuan atau menganiayanya. Jika berkenan kepada seorang perempuan maka kahwinilah secara yang sah, ini akan memuaskan hati semua pihak. Mati pueuk sebab sihir ada diberilakan dari masa ke semasa di masyarakat Melayu. Ada yang menanggungnya bertahun-tahun, ada yang zakarnya sentiasa dikerumuni oleh semut tanpa sebab saintifik.

Di Barat dikenali empat jenis mati pueuk dan disenaraikan di bawah ini bagi menambah pengetahuan:

1. Zakar langsung tidak mampu menegang. Ia adalah jenis mati pueuk yang gawat dan biasanya berlaku pada kadar 1 dalam 100 lelaki. Ia mati pueuk yang paling ditakuti lelaki.

2. Zakar lembik dan tiada berupaya jimak. Mani keluar sebelum jimak. Ia adalah jenis mati pueuk yang mendukacitakan. Ia biasa diubati dan mungkin boleh berpunca dari amalan pemakanan serta kesan psikologi atau penyakit tua.

3. Zakar tegang tetapi tiada boleh memancutkan mani. Ini juga termasuk mati pueuk, bukan tanda lelaki itu kuat tenaga batin. Lelaki terpaksa berhenti jimak kerana keletihan dan kejerihan.

4. Zakar yang tiada tegang sebagaimana biasa. Ia juga adalah jenis mati pueuk. Ada yang menggelarnya sebagai lemah syahwat atau lemah tenaga batin. Jenis ini akan dihidapi oleh semua lelaki dan boleh diubati dengan memakan ubat, urutan, riadah dan berpantang.

# Pentingnya Jiwa Yang Tenang

Senggama memerlukan jiwa yang tenang. Ada lelaki yang kecundang di dalam usaha mahu memuaskan isterinya. Fenomena yang selalu terjadi ialah sama ada suami memancutkan mani sebelum masanya ataupun zakar menjadi lembik sebelum suami dapat memancutkan mani. Jika dipandang dari sudut moden, "sebelum masa" itu bererti sebelum tempoh 2 minit sejak dari mula berdayung. Dari sudut tradisional, ia bererti sebelum isterinya mencapai walau sekali inzal. Perkara ini menjadi kerungsingan kepada lelaki kerana sepatutnya pada ketika itu lelaki harus meneruskan jimak untuk memuaskan kehendak isteri yang sedang mendaki kemuncak inzal.

Jimak yang tenang amat perlu bagi jimak. Kesan psikologi adalah amat tinggi dalam perlakuan jimak. Mungkin zakar anda tiada bermasalah dari segi ketegangan, namun tanpa jiwa yang tenang, anda mungkin terjebak oleh perasaan dan lantas kecundang. Cara yang paling baik bagi seorang Islam dalam mengatasi perkara ini ialah dengan melakukan solat fardu serta sunat dan sentiasa menjalankan perintah agama. Syukur dan redha itu menjadi kunei kepada cara-cara berfikir dan cara-cara mengingati kisah-kisah lampau. Berikut digariskan mengapa seorang itu boleh kecundang di dalam jimak walhal zakarnya mempunyai ketegangan yang cukup:

Membayangkan khayalan yang memberangsangkan.

Perkara ini biasa terjadi pada anda yang baharu saja berkahwin. Sebelumnya, jimak pada anda adalah sesuatu yang dilarang oleh semua golongan, tapi sekarang anda sudah bebas melakukannya bersama isteri. Maka anda tenggelam dalam rasa rindu (libido) kepada keseronokkan yang sebelumnya diimpikan. Anda terlalu terbawa oleh kecantikkan, kelembutan serta perasaan seronok, lantas tidak dapat mengawal minda (otak) anda, dari itu maka otot-otot akal tidak terkawal. Akibatnya ialah zakar anda menjadi lembik, ini kerana otak anda diperas hingga letih, sebagaimana orang bekerja kuat. Cara mengatasinya, usahlah tumpukan sangat kepada fantasi cinta itu, lebih baik layani perasaan kepada perkara lain yang berkait dengan kekuatan dan kekuasaan, ia dapat menghindari kemelut fantasi cinta.

Kerisauan dan rasa bersalah yang tidak menentu.

Mungkin anda takut atau risau tidak akan memuaskan isteri anda sebagaimana yang anda bayangkan. Mungkin juga anda risau tentang hal-hal kerja, seperti kerja yang terlalu banyak, lantas terbawa-bawa ketika jimak. Mungkin juga anda rasa bersalah kerana pada jimak yang sebelum ini, anda tidak dapat memuaskan isteri anda. Apa yang penting ialah, tentukan bahawa anda jimak setelah menyelesaikan kerja-kerja yang penting diselesaikan dahulu, jika tidak boleh maka lupakan masalah itu buat sementara. Yang penting ialah perlakuan jimak di kala itu saja, yang sedang anda lakukan itulah yang lebih penting dan harus dilakukan dengan tenang.

Jiwa yang tenang adalah faktor penting kejayaan jimak. Berikut digariskan lagi permasalahan mengapa anda boleh kecundang semasa melakukannya:

Rasa bend dan rendah diri kepada pasangan anda.

Ramai diantara mereka yang mengalami masalah jimak menyatakan bahawa mereka menyimpan rasa benei kepada isteri kerana isteri terlalu mengawal atau sering menyalahkan tindak tanduk suami dalam kehidupan sehari-hari. Ada juga keadaan dimana isteri sering menyalahkan diri suami dalam hidupnya. Akibat dari ini, suami berjimak dalam perasaan dendam dan kebeneian, tidak dalam perasaan gembira. Apabila otak terasa perlakuan itu dipaksa maka ia akan bertindak kontra dari yang diharapkan. Dalam hal ini isterilah yang harus mengubah perangainya. Suami sepatutnya mendalami bidang ugama Islam dan mengajarkan isteri tentang hak dan tanggungjawabnya, agar dia bertindak selari dengan kehendak Allah s.w.t., dalam menasihatinya maka nasihatilah secara yang bijaksana. Jika nasihat itu dilakukan secara kasar maka kemungkinan hati isteri akan patah, jika dibiarkan maka teruslah isteri berkeadaan bengkok dan kerja meluruskan isteri bukanlah perkara mudah.

Gangguan-gangguan sejarah kehidupan remaja.

Mungkin anda mempunyai seorang ibu yang garang dan kurang bertimbangrasa atau anda mungkin telah menemui seorang yang telah meneeritakan tentang keburukan jimak atau anda mungkin mempunyai adik beradik perempuan saja. Ini bermakna bahawa anda tidak dilayani sebagai seorang lelaki semasa kecil anda. Perasaan malang ini menebal dan ia adalah perasaan yang memenangi rasa sayang dan tanggungjawab ketika anda melakukan jimak. Semasa jimak anda merasa bahawa anda mahu lari dari perlakuan itu tanpa perlu diselesaikan tugas tersebut. Lagipun, anda merasa bahawa apa-apa pencapaian anda selama ini tiada pernah mendapat pujian. Jika anda disuruh melukis matahari, anda akan melukis matahari waktu senja, semuanya sudah terlambat buat anda. Sepatutnya anda berfikir bahawa inilah masanya untuk anda menikmati keindahan dan nikmat Allah bersama isteri anda, tidak patut bagi anda bermuram durja dan menunggu masa tua saja. Anda sepatutnya gembira, jimak sepatutnya dilakukan dengan jiwa yang gembira.

Demikian antara sebab jiwa dan pengubatannya yang penting untuk diketahui andainya pembaca punyai masalah dalam jimak berpunca dari jiwa yang tidak tenang. Berusaha dan penyakit akan disembuhkan oleh Allah s.w.t., insya Allah. Yakin pada diri sendiri, pereaya akan kejayaannya, ingat kepada Allah. Bincangkan masalah bersama isteri agar dia dapat bekerjasama dan membantu mengatasinya.

# Koleksi Penguatan Tenaga Batin

Dicatatkan berikut ini senarai-senarai ubat bagi menguatkan semula tenaga batin yang lemah dan ubat-ubat ini terdiri daripada jenis yang dimakan dan ada juga yag disertai dengan urutan. Kesemua yang disenaraikan di bawah adalah dari pengetahuan pengubatan' bangsa Melayu, pilih satu untuk dijadikan usaha pengubatan:

1. Sediakan ramuan-rainuan ini iaitu seulas halia sebesar ibu jari, 3 sudu madu lebah asli, 1 gram lada hitam, 1 gram lada putih, 1 gram kismis kuning, 1 biji telur ayam kampung diambil kuningnya saja.

   Tumbuk halia, lada hitam dan lada putih sehingga lumat dan masukkan ke dalam satu bekas bersih. Campurkan balian-bahan ini dengan ramuan lainnya sehingga sebati, amalkanlah makan jamu ini dua kali sehari di kala pagi dan petang selama 21 hari berturut-turut.

2. Makan 7 ekor bubuk jawa hidup-hidup sekali di waktu pagi dan sekali di waktu petang selama 7 hari berturut-turut. (Nota: Ada catatan yang menyatakan bahawa amalan ini membahayakan).

3. Ambil 7 ulas cekur atau keneur, 1 ulas bawang putih, 1 gram lada hitam dan 1 sudu minyak sapi tulen. Bersihkan semua cekur itu dan tumbuk sehingga lumat. Begitu juga halnya dengan bawang putih dan lada hitam. Campurkan kesemua ramuan dan gaul sehingga sebati. Amalkan memakannya sebelum sarapan pagi selama 7 hari berturut-turut.

   Semasa mahu memakannya, ambil seulas cekur yang lain dan kunyah hingga lumat. Lumurkan kunyahan cekur itu keseluruh bahagian zakar sambil mengurutnya perlahan-lahan setiap pagi dan malam sebelum tidur. Urutan dari bahagian pangkal dan membawa ke bahagian kepala zakar dengan lembut.

4. Ambil madu lebah asli 4 sudu ten, sebiji kuning telur ayam kampung dan lada hitam 5 biji. haneurkan lada hitam itu. Makan ubat ini di waktu pagi sebelum atau selepas sarapan.

5. Sembelih seekor itik nila jantan yang tua, keluarkan semua isi perut itik, bersihkan dan masukkan semula kecuali usus itik. Ambil 4 biji keledek merah yang elok dan panjang, bersihkan tanpa membuang kulitnya. Ambil ramuan rempah yang sesuai.

   Kukus itik itu bersama ramuan tadi, kukusan itu mampu untuk

menghasilkan segelas kecil air pati. Ambil pati itu dan minum ketika ia suam-suam kuku.

6. Tumbuk 3 batang kayu manis lebih kurang 2 inei panjangnya tiap satunya hingga lumat, campurkan serbuk itu dengan sebiji kuning telur ayam kampung. Kacau hingga sebati. Minum ramuan setiap pagi dan petang selama 7 hari berturut-turut. Untuk hari seterusnya, minum pada masa 1 jam sebelumjima.

   Selain dari meminum ramuan itu, ambil sedikit campuran ramuan dan sapukan pada seluruh bahagian batang zakar sehingga rata. Lakukan kira-kira 2 hingga 5 minit sebelumjimak.

7. Ambil 1 ekor burung meipati biasa, 3 ulas bawang putih dan merah, 6 inei petula ular dan 1 sudu jintan manis serta lain-lain rempah sup. Giling kesemua bahan itu hingga mendidih, hangatkan seketika sebelum diminum untuk berikutnya.

8. Ambil 1 otak kambing yang dikeringkan, 1 inei halia, kunyit dan lengkuas dan 3 ulas bawang putih. Rebus kesemua bahan itu hingga mendidih, hangatkan seketika sebelum diminum untuk berikutnya.

9. Akar Tunjang Bumi, Kayu Pedu Beruang, Akar Serai Kayu, Kayu Manis, Kayu Lawan, Akar Tongkat dan Janggut Ali, Akar Buluh Duri dan Akar Bunga Cempaka. Semua ramuan dicampurkan. Setiap kali penggunaan, masukkan segenggam ramuan yang dicampurkan dengan 3 gelas air. Didihkan sehingga tinggal satu per tiga bahagian air saja. Minum air tersebut.

10. Pasir Timbul (pasir yang terapung dipermukaan air sewaktu air sungai pasang), kayu hidup (sebarang kayu atau akar yang bergerak akibat laluan air yang mudah di dapati di kawasan jeram atau hulu sungai), Air Pasang (air sungai yang sedang pasang). Semua bahan ini direbus bersama dengan 3 gelas air dan didihkan sehingga tinggal satu per tiga bahagian air saja untuk diminum.

11. 400 gram gula batu, 200 gram lada putih, 100 gram serbuk halia dan 1 sudu makan minyak sapi tulen. Kesemua gula batu dan lada putih ditumbuk hingga lumat seperti tepung. Setelah diayak, gaulkan kesemua ramuan ini, panaskan di atas api yang agak sederhana panasnya sambil mengacau sehingga sebati. Kacau sehingga ianya lekit seperti dodol.

    Makan sekadar sebesar ibu jari sekurang-kurangnya setengah jam sebelum jimak. Lebihnya disimpan dan jangan biarkan dimasuki angin. Bagi kesan yang lebih baik, makan maajun ini setiap pagi sebelum sarapan.

12. 3 ulas halia sebesar ibu jari setiap satu, 27 biji lada hitam, 27 biji lada putih, 1 sudu teh minyak sapi tulen dan sebiji telur ayam kampung bahagian kuningnya saja. Tumbuk kesemua lada hitam, lada putih dan halia sehingga lumat. Sebaiknya halia itu diparut, diperah lalu diambil airnya saja. Gaul semua ramuan dalam satu bekas bersih hingga sebati.

Minum ramuan ini sekurang-kurangnya 1 jam sebelum jimak. Ambil sedikit dari ramuan, sapu pada zakar 2 hingga 5 minit sebelum jimak.

Ramuan itu jangan diminum ketika lapar atau perut kosong. Semasa menyapu ramuan pada zakar, jangan menyapu terlalu banyak, memadai sedikit saja.

13. Sebiji telur ayam, satu sudu minyak sapi dan 7 biji buah kunna iaitu bijinya yang telah ditumbuk lumat. Campurkan semua bahan ramuan dan makan setiap hari selama 10 hari berturut-turut. Paling baik makan sebelum berakhirnya waktu subuh. Boleh juga memakannya setengah jam sebelum jimak.
14. Campurkan 3 ulas halia yang telah diparut bersama segelas susu kibash (kambing) mentah dan sedikit kismis. Gaul semua bahan dan minum setiap pagi selama 10 hari berturut-turut Selepas tempoh itu tamat, boleh diamalkan menurut kesempatan dan boleh diminum sebelum jimak.
15. 2 sudu teh minyak sapi tulen, 2 sudu teh pati santan, 2 sudu teh madu lebah dan sebiji kuning telur ayam kampung. Campurkan semua ramuan dan kacau hingga sebati. Amalkan meminum selama 14 hari berturut-turut. Untuk hari-hari selepas itu amalkan memakannya setengah jam sebelum jimak.
16. Sekiranya pemburu mendapat sang kaneil atau pelanduk maka ambil ekornya, goreng kering dan makan.
17. Amalkan makan sup ekor lembu atau sup kambing dicampurkan dengan had kambing jantan.
18. Satu dari petua mudah ialah meminum madu lebah asli bereampur kuning telur 2 atau 3 kali seminggu.
19. Satu ubat yang agak ganjil iaitu memakan hempedu beruang yang telah dikeringkan tanpa dimasak.
20. Memakan kemenyan sebesar jari kelingking dengan sedikit gula seminggu sekali.
21. Satu petua yang ganjil iaitu minum air yang direndam dengan zakar buaya yang telah dikeringkan sebelum jimak. Rendam zakar buaya itu satu jam sebelum meminum. Bila sudah digunakan maka keringkan semula bagi kegunaan akan da tang.

Demikian jenis-jenis ubat tradisional yang diketahui oleh orang Melayu berkaitan dengan penguatan tenaga batin, yang memberi penekanan terhadap pengubatan zakar yang lemah atau tidak mampu untuk menegang dengan cukup bagi membolehkan jimak. Ada diantara ubat itu berasal dari keturunan Jawa, ada yang diambil dari pengajaran bangsa Siam dan ada pula dari bangsa Arab. Memakan bubuk Jawa itu didapati bahaya dan eloklah dielakkan, sebaiknya pilih ubat yang bersih dan halal dimakan serta senang untuk disediakan. Berubat dengan doktor atau tabib jika telah gawat.

# Petua Mengeraskan Dan Menguatkan Zakar

Bahagian ini sesuai untuk suami yang mempunyai zakar yang secara relatif lembik apabila tegang hingga menimbulkan masalah apabila berjimak dan tidak memuaskan isteri. Walau bagaimana pun, ia tidak perlu jika ketegangan zakar suami adalah normal:

1. Telan segenggam nasi kepal sebesar ibu jari kelingking tanpa mengunyahnya sebelum makan nasi.
2. Amalkan memakan sesudu kecil jintan manis dan sesudu kecil j in tan putili selama 21 pagi.
3. Selalu minum air suam dan amalkan mengunyah 40 kali kunyah barulah ditelan makanan itu terutamanya nasi.
4. Ambil madu secawan dan minyak lenga secawan. Campurkan dan minum sedikit-sedikit setiap hari di waktu pagi.
5. Ambil kuning telur ayam hitam, air madu, minyak sapi, air nasi, jintan hi tarn dan halba. Kandungan semuanya adalah sebanyak kandungan kulit telur ayam setelah ditolak bahagian putih telurnya. Minum selama 3 atau 7 atau 9 hari.
6. Ambil bawang merah dan bawang putih sama banyak. Tumbuk dan perah airnya. Campurkan air madu sama banyak. Masak di api hingga hilang air bawang itu. Makan selama 7 hari sedikit demi sedikit.
7. Ambil dan bakar abu tanduk rusa, campur dengan air madu dan dimakan.
8. Ambil bawang merah, tumbuk dan ambil airnya, campurkan dengan madu dan minum. Amalkan di waktu pagi.
9. Ambil minyak sapi, air madu dan bawang merah yang telah digiling serta telur ayam hitam. Semuanya sama banyak. Campurkan dan minum 3 pagi sebulan sekali.
10. Ambil hempedu kambing jantan, masak dengan air madu, sapukan pada zakar.
11. Ambil minyak bijan (lenga) dan biji lobak yang ditumbuk halus. Masak hingga mesra biji lobak itu menjadi minyak. Sarungkan zakar dengan kain. Tapakan selama 3 hari. Gosokkan minyak itu pada zakar dan bumi zakar.
12. Ambil 10 biji telur ayam, bagi setiap sebiji telur, ambil seberat wang 10 sen biji tamar. Tumbuk halus. Minum setiap pagi selama 10 hari atau lebih.
13. Ambil biji sawi dan daunnya. Tumbuk hingga halus kemudian sapu pada zakar.

# Petua Melewatkan Pancutan Mani

Bahagian ini berguna untuk suami yang yang menghadapi masalah dalam jimak iaitu apabila sering memancutkan mani sebelum isteri mencapai inzal. Beberapa petua telah dikutip dan boleh diusahakan sebagai cara berubat. Walau bagaimanapun, bahagianr ini tidak sesuai bagi suami yang normal ketahanan jimaknya, ini kerana ubat-ubat ini akan melewatkan pula keluamya mani yang sepatutnya keluar pada masanya dan ini mendatangkan mudarat pada badan sendiri dan isteri.

1. Sila dapatkan gambir kudat (boleh dibeli) dengan sedikit air dan kemudian menyapunya pada zakar, memadai menyapunya di bahagian kepala zakar saja. Usah disapu terlalu banyak kerana ini mengakibatkan zakar terus tegang tanpa memancutkan mani dalam masa yang amat panjang. Sapukan kira-kira 20 minit sebelum jimak.
2. Sediakan 10 butir biji kapas dan 1 sudu minyak jarak. Tumbuk biji kapas hingga lumat dan gaulkan bersama minyak jarak hingga sebati. Sapukan minyak ini pada zakar dengan mengurutnya perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jimak.
3. Ambil sedikit kacang lulai hitam (biasanya dijual di kedai jamu atau ubat Cina) dan tumbuk hingga lumat. Campurkan dengan sedikit air hingga sebati dan sapukan sedikit pada zakar dengan mengurut perlahan-lahan 5 hingga 8 minit sebelum jimak.
4. Ambil hempedu kambing atau ayam jantan yang baharu disembelih. Pecahkan dan lumurkan pada zakar hingga rata lebih kurang 2 hingga 5 minit sebelum jimak.
5. Ambil darah kelawar, gosok pada kedua tapak kaki hingga kering darah itu. Basuhlah hingga bersih. Kemudian boleh jimak.
6. Ambil kuning telur, bubuh sebuku bawang merah, sebuku bawang putih, campur sedikit air. Jerangkan sehingga mendidih. Makan di waktu Asar sebelum makan petang.
7. Ambil hempedu ayam jantan. Gosokkan disekitar lubang zakar serta sekelilingnya kira-kira 5 minit sebelum jimak.
8. Ambil bawang merah secawan, sebiji kuning telur, haneurkan bawang merah, kacau dan minum 3 pagi berturut-turut. Petua ini akan dapat menolong memekatkan air mani, dengan pekatnya air mani maka akan lebih lewat ia keluar.
9. Ambil limau purut dan lada sulah, pipis halus. Makan semasa mahu berjimak.
10. Makan hati kambing yang kasi, ia dikatakan boleh menahan mani.

# Petua Membesarkan Zakar

Baliagian ini berguna kepada suami yang menghadapi masalah zakar terlalu kecil, yang berpunca dari mati pueuk atau tua atau hasil mendapati bahawa secara realitifnya zakar adaiah kecil dari saiz normal. Bagi yang mempunyai saiz zakar yang normal, tklaklah perlu unmk menggunakan kaedah berikut:

1. Pelihara beberapa ekor lintah, sebaik-baiknya lintah bukit yang berwarna hijau atau lintah laut di dalam sebuah balang kaca. Biarkan lintah itu hidup lapar dalam beberapa waktu hingga kurus dan kempis perutnya. Sctelah itu tuangkan minyak jarak atau minyak hijau sedikit demi sedikit agar dimakan oleh lintah-lintah tersebut hingga kenyang dan perutnya buncit. Biarkan lintah-lintah yang telah kenyang itu beberapa hari agar perutnya kempis kembali dan ia lapar semula. Ulangi proses yang sama hingga 3 kali.

   Selepas lintah itu kenyang bual kali ketiga, kehuukan isi perut mereka dengan memicit bahagian perutnya perlahan-lahan. Sapukan minyak yang telah dikeluarkan dari lintah itu pada zakar setiap pagi dan malam sebelum tidur selama 3 hari berturut-turut. Cara mengurutnya ialah menggunakan ibu jari dan jari hantu saja. Tekan kedua jari itu pada bahagian pangkal zakar dan lurutkan terus ke bahagian kepala zakar, buka kedua-dua jari dan bawa semula ke bahagian pangkal untuk urutan yang kedua. Ulangi perbuatan yang sama sebanyak 7 kali.

   Pantang semasa mengamalkan petua ini ialah ditegah berjimak atau mengeluarkan mani hingga tempoh amaian tamat. Jika gagal menahan diri maka terpaksa diulang semula dari mula. Unluk hari-hari setelah amaian petua, sapukan minyak ini 5 atau 7 mini! sebelum berjimak.

2. Ambil seketul tulang kambing jantan, sebaiknya kambing jantan yang berbulu hitam yang baharu disembelih dan bakar hingga hangus. Campurkan abu tulang itu dengan minyak sapi tulen atau minyak jarak dan kacau hingga sebati. Cara mengamalkan petua ini ialah dengan mengurut pada zakar sama seperti cara yang dinyatakan di atas.

   Ada juga kalangan orang tua Melayu yang menggunakan minyak lintah ini dengan cara mewapkannya ke zakar. Caranya ialah dengan meletakkan minyak ini di atas besi bertangkai kayu (agar tangan tidak melecur terkena besi panas) kemudian akan diganggangkan ke api. Setelah itu akan diletakkan pula besi itu di bawah zakar (diganggang) agar wapnya akan dapat meresap ke zakar. namun amaian ini amat jarang di lakukan pada masa ini, mungkin kerana cara mengamalkannya sukar dan agak merbahaya kerana ada kemungkinan zakar akan terkena besi panas tersebut.

# Rahsia Khasiat Madu Rahim

Menurut pengetahuan kuno, madu rahim (cecair yang menjadi salah satu inti dalam apa yang digolongkan sebagai mazi) yang mengalir dalam faraj ketika berada dalam keadaan ghairah adalah cecair yang berkhasiat. Pada zaman dahulu di India, cecair yang keluar semasa jimak ini dikumpulkan dan diambil untuk tujuan kesihatan. Hampir semua disiplin tradisional bersetuju bahawa lebih muda isteri anda, maka lebih berkhasiatlah Madu Rahim itu untuk kesihatan lelaki.

Dalam kitab Hukum Jimak juga perkara ini ada disebut, bahawa ia ‘maha baik untuk kita (kaum lelaki)’:

Pertama disebut dalam Kitab Hukum Jimak sebagai ‘Nisak Allah’ (mungkin nama ini tidak sesuai digunakan oleh kitab tersebut tapi dicatatkan nama cecair itu di sini bagi tujuan menambah pengetahuan anda) dan ia keluar dari sekitar kawasan Urat Jarum. *Dipercayai bahawa yang dimaksudkan ialah sekitar Bibir Dalam dan saluran kencing isteri. Dari sudut moden, mani perempuan dikatakan boleh memancut keluar melalui saluran kencingnya.*

Madu Rahim punya khasiat awet muda tapi ia bukan untuk diminum.

Kedua ialah apa yang disebut dalam Kitab Hukum Jimak sebagai ‘Nisa’u Ibtida’u Rahim’ iaitu cecair faraj yang keluar di sekitar bahagian luar dari saluran faraj ketika zakar dimasukkan sekadar hasyafah. Ia jarang keluar melainkan ketika isteri amat ghairah. Rupanya seperti warna telur ayam dalam perut ibunya. Ketika ia keluar akan terasa hangat dan isteri seolah-olah berada dalam keadaan mabuk. Ia adalah cecair yang ‘maha baik pada kita’.

*Dari rujukan, didapati bahawa perkataan ‘maha baik pada kita’ itu bermaksud cecair itu berkhasiat untuk tujuan awet muda dan meningkatkan tenaga batin lelaki.* Tapi bagaimanakah cara untuk memanfaatkannya?

Ilmu pengetahuan mengenai hal ini telah diketahui sejak zaman kuno lagi di kalangan bangsa India dan Cina. Malah mereka menilai tinggi cecair ini lantaran khasiatnya. Cuma bezanya cecair ini mereka minum, contohnya dalam Kamapanacastiram (Naskhah Panah Asmara) ada dicatat bahawa mereka meminum cecair faraj ini setelah dicampurkan dengan air mani sendiri. *Perbuatan ini tidak sesuai dipraktikkan oleh orang-orang Islam kerana cecair ini tergolong sebagai mazi dan kerana itu ia dihukumkan najis*

Sebenarnya tidak ada sebarang catatan atau petua sama ada dari sudut pengetahuan Melayu tradisional mahupun dalam kitab-kitab lama catatan ilmuan Islam atau pendapat-pendapat lisan ilmuan Islam bahawa cecair yang ‘maha baik untuk kita’ itu diminum atau ditelan. Dalam Kitab Hukum Jimak juga tidak ada sebarang kenyataan agar ia ditelan.

Setakat yang saya ketahui, Madu Rahim ini rahsia khasiatnya terletak pada apabila ia diserapkan oleh batang zakar lelaki. Zakar lelaki mempunyai kulit yang dapat menyerap Madu Rahim ini dengan baik. Jelasnya, Madu Rahim akan menyerap secara otomatik ke zakar lelaki semasa istimta dan jimak yang dilakukan, iaitu ketika kontak berlaku antara batang zakar dan lubang faraj.

Dari sudut Islam, jika suami telah memancarkan mani, disarankan agar suami tidak cepat-cepat mencabut keluar zakarnya. Sebaliknya zakar akan dibiarkan berada dalam faraj hinggalah beberapa ketika. Sekiranya suami telah terpancut maninya pra-matang pun, disarankan agar tidak mencabut zakar itu sebaliknya dibiarkan ia berada di dalam faraj sambil suami terus merangsang isteri agar isteri pula berpeluang mencapai inzal. Ini memberi peluang kepada zakar suami menyerap Madu Rahim yang akan keluar lebih banyak ketika isteri inzal.

Biarkan zakar anda berada di dalam faraj untuk beberapa minit setelah selesai jimak untuk mendapat manfaat khasiat Madu Rahim yang punya rahsia kesihatan awet muda.

Malah, boleh dikatakan semua disiplin ilmu jimak berpendapat bahawa wanita perlukan masa yang lebih panjang untuk reda dari api inzalnya. Masa yang elok untuk suami terus merendamkan zakarnya di dalam faraj isteri setelah Inzal Agung (inzal serentak) atau setelah suami atau isteri inzal ialah lebih kurang 3 minit.

Jarak masa yang telah berlalu sejak dari istimta hinggalah inzal mungkin lebih dari 15 minit. Puratanya ialah 45 minit. Maknanya zakar telah berada dalam faraj sekurang-kurangnya 2 minit (bagi lelaki yang mudah terpancut mani) hingga setengah jam atau lebih (bagi lelaki yang gagah berjimak). Tempoh masa tersebut adalah mencukupi bagi membolehkan cecair yang berkhasiat untuk awet muda itu menyerap melalui zakar lelaki dan dimanfaatkan oleh tubuh lelaki.

Seorang tua Melayu telah memberi petua agar pasangan suami isteri ‘selalu melakukan jimak’ kerana banyak kebaikannya. Selain dari ia berfaedah untuk meningkatkan keharmonian dan merapatkan jalinan kasih mesra suami isteri, ia juga bermanfaat untuk kesihatan.

Semasa istimta dan jimak, berbagai hormon yang bermanfaat pada tubuh akan dikeluarkan dari kelenjar-kelenjar di seluruh tubuh suami dan isteri. Air mazi bukanlah berfungsi sebagai pelincir saja tapi lebih dari itu. Kajian mendapati bahawa ada cecair yang keluar dari kelenjar-kelenjar yang menyerupai tisu yang berada di tubuh wanita iaitu lebih kurang 30 kelenjar berada di kawasan saluran kencing, semasa isteri ghairah.

Oleh itu, manfaatkanlah Madu Rahim untuk kesihatan. Jangan cepat-cepat mencabut zakar anda setelah jimak, dan teruskanlah cumbu-rayu setelah jimak agar kedua belah pihak mendapat kepuasan yang sepatutnya.

# Jangan Minum Air Mazi

Ini ada catatan mengenai hukum seks oral dan apakah hukumnya meminum air mazi. Laman Al-Ahkam ada mencatat bahawa hukum makruh bagi isteri melakukan seks oral kepada zakar suami dan harus suami melakukan seks oral kepada faraj isteri adalah dua hukum yang berdasarkan dzann (sangkaan) sahaja. Ini kerana tidak ada dalil yang langsung menyentuh isu seks yang luar biasa memandangkan kejadian budaya Islam yang tinggi dan luhur. Oral seks masih diwartakan dalam Kanun keseksaan Hukum Sivil Malaysia sebagai seks luar tabii, ini menunjukkan penggubal perundangan sivil Malaya dulu melihat seks oral sebagai seks luar tabii (tabiat seks luar biasa).

Kitab-kitab klasik fiqh langsung tidak membahaskan hukum oral seks. Hanya internet dan industri filem biru yg mempopularkan jenis-jenis seks luar biasa seperti oral, anal, lesbian, gay, beastiality (seks dengan binatang), dan macam-macam lagi.

Kita berpendapat oral seks perlu dijauhi kerana walaupun seks itu halal dan isteri itu pakaian bagi lelaki dan suami itu pakaian bagi isteri tapi ia masih tertakluk pada adab dan ketaqwaan. Seperti juga makan dan minum, ia adalah harus, kita tertakluk pada adab-adab makan, namun Barat mengajar cara makan yang melampaui batas, mereka makan burger dan piza sambil menari, dan meneguk air bikarbonat mereka, sambil berjalan dan berlari.

Maka seks pun begitu, kita umat Islam menikmati seks dengan beradab, maka biarkan orang Barat menikmati seks mereka dengan melampaui batas. Gempa seks atau sexual revolution yang melanda Barat amat menakutkan sekali, bahkan jika industri VCD lucah yg berleluasa sekarang jika tidak dapat dibendung akan mengundang padah kepada umat Islam juga, bila evolusi seks biru ini menular dalam masyarakat.

Maka kami tidak berani hendak mentahkik hukum oral seks ini sehingga fuqaha’ dan mujtahid pada kemudian hari melihat dan mengkaji dan mengeluarkan suatu hukum yang muktamad sebagaimana hukum dadah dan rokok.

2. Mazi adalah najis menurut kesepakatan ahli hadis (Albani, Tamamul Minnah). Dalil: HR Bukhari-Muslim dari Ali bin Abi Talib RA. Maka jika mazi ini najis dan sabit kenajisannya melalui hadis sahih, maka anda boleh membuat hukum yg wajar untuk oral seks. Lelaki dan wanita mengeluarkan cecair mazi semasa ghairah dan mazi itu najis dan jika cecair najis ini masuk dalam mulut, maka sudah tentu syarak memandang serius masalah najis yang diambil secara sengaja.

Mufti Saudi Arabia bahagian Selatan, Asy-Syaikh Al`Allamah Ahmad bin Yahya An-Najmi Hafizhohullah menyatakan:

"Adapun hisapan isteri terhadap kemaluan suaminya (oral sex), maka ini adalah haram, tidak dibolehkan. Ini Kerana ia (kemaluan suami) dapat memancarkan (maksudnya memancarkan mani, mazi dan sebagainya). Kalau memancar, maka akan keluar darinya air mazi yang ia najis menurut kesepakatan (ulama). Apabila (air mazi itu) masuk ke dalam

mulutnya lalu ke perutnya maka boleh jadi akan menyebabkan penyakit baginya. Dan Syaikh Ibnu Baz Rahimahullah telah berfatwa tentang haramnya hal tersebut – sebagaimana yang saya dengarkan langsung daripada beliau -."

Dan dalam kitab Masa`il Nisa'iyyah Mukhtarah Min Al-`Allamah Al-Albany karya Ummu Ayyub Nurah bintu Hasan Ghawi hal. 197 (cet. Majalisul Huda AI¬Jaza'ir), Muhadits dan Mujaddid zaman ini, Asy-Syaikh AI-`Allamah Muhammad Nashiruddin AI-Albany Rahimahullah ditanya sebagai berikut:

"Apakah boleh seorang perempuan mencumbu batang kemaluan (zakar) suaminya dengan mulutnya, dan seorang lelaki sebaliknya?"

Beliau menjawab:

"Ini adalah perbuatan sebahagian binatang, seperti anjing. Dan kita mempunyai dasar umum bahawa di dalam banyak hadis, Ar-Rasul melarang untuk tasyabbuh (menyerupai) haiwan-haiwan, seperti larangan beliau turun (sujud) seperti turunnya unta, dan menoleh seperti tolehan serigala dan mematuk seperti patukan burung gagak. Dan telah dimaklumi pula bahawa nabi Sallallahu `alahi wa sallam telah melarang untuk tasyabbuh dengan orang kafir, maka diambil juga daripada makna larangan tersebut pelarangan tasyabbuh dengan haiwan-haiwan - sebagai penguat yang telah lalu -, apalagi haiwan yang telah dlketahui kejelekan tabiatnya. Maka sewajarnya seorang muslim – dan keadaannya seperti ini - merasa tinggi untuk menyerupai haiwan-haiwan."

Dan salah seorang ulama besar kota Madinah, Asy-Syaikh AI-`Allamah `Ubaid bin 'Abdillah bin Sulaiman AI-Jabiry hafizhahullah dalam sebuah rakaman, beliau ditanya sebagai berikut,

"Apa hukum oral seks?"

Beliau menjawab:

"Ini adalah haram, kerana is termasuk tasyabbuh dengan haiwan-haiwan. Namun ramai di kalangan kaum muslimin yang tertimpa oleh perkara-perkara yang rendah lagi ganjil menurut syari'at, akal dan fitrah seperti ini. Hal tersebut kerana mereka menghabiskan waktunya untuk mengikuti rangkaian film-film porno melalui video atau televisyen yang rosak. Seorang lelaki muslim berkewajipan untuk menghormati isterinya dan jangan dia berhubungan dengannya kecuali sesuai dengan perintah Allah. Kalau dia berhubungan dengannya selain dari tempat yang Allah halalkan baginya maka tergolong melampaui batas dan bermaksiat kepada Allah dan Rasul-Nya shallallahu 'alahi wa sallam."

Dikutip dari majalah An-Nashihah Volume 10 1427H/2006M

# Petua Menghebatkan Nikmat Jimak

Bahagian ini berguna sekiranya suami mendapati isteri sering tidak menampakkan kenikmatan jimak. Perkara seperti ini biasanya akan menjadikan suami isteri rasa dukaeila. Cuba salah satu dari petua berikut, semoga beroleh kejayaan:

1. Ambil beberapa pueuk selasili hijau dan kunyah sehingga lumat. Sapukan kunyahan ini pada zakar lebih kurang 2 hingga 5 minit sebelum berjimak.
2. Tumbuk 3 batang kayu manis hingga lumat dan gaulkan dengan satu sudu madu lebah asli. Kacau hingga sebati dan Iumurkan ramuan ini pada zakm lebihkurang 3 hingga 6 minit sebelum jimak. Ramuan yang selebihnya bolehlah disimpan dalam salu bekas yang bersih untuk digunakan dihari-hari berikutnya.
3. Ambil 3 balang kayu manis, 1 sudu minyak hijau atau minyak jarak, 1 biji buah pelir ayajn jantan yang baharu disembelih dan satu sudu teh madu lebah. Tumbuk ramuan hingga halus dan sapukan pada zakar 3 hingga 5 minit sebelum jimak.
4. Ambil padi, akar peria, cekur, sedikit kapur barus dan hempedu ayam hi tarn, asah semuanya dan sapukan pada zakar.
5. Hempedu pelanduk, kulit kayu manis dan air madu di asah dan sapu pada zakar sebelum jimak. Ia dapat mengeluarkan mani isteri dengan segera.
6. Ambil telur zakar ayam jantan, giling dengan sedikit minyak jarak, sapukan pada zakar sebelum jimak.
7. Ambil biji kapas, tumbuk dan ambil isinya dan campurkan dengan sedikit minyak jarak, sapu pada zakar sebelum jimak.
8. Ambil kapur barus, halia, bawang putih, jintan hitam, air buali terung parul, jemurkan dan bubuh pada hujung zakar sebelum jimak. Ia cepat mengeluarkan mani perempuan.
9. Ambil hempedu kambing, campur dengan air madu dan minum 3 pagi sebulan sekali. Ia eepat inengeluarkan mani perempuan.
10. Hempedu kibash disapu pada zakar. Selepas kering maka bawa jimak. Ia menolong meningkatkan kasih isteri.
11. Lengkuas digiling lumat dengan cuka. Beri isteri minum setiap pagi selama 3 pagi serta sapukan pada ari-ari dan punggungnya. Ia menyempitkan faiaj.
12. Telur ayajn hitam, buah manjakani, galiaru, cendana, kueai, dititik dengan minyak bijan (lenga). Isteri makan 3 pagi berturut-turut. Ia mengecilkan faiaj.
13. Ambil darah ayam jantan hitam, sapukan pada zakar sebelum jimak.

14. Sekiranya isteri selalu membantah bila diajak berjimak maka ambil nasi ditengah periuk sedikit saja, pecahkan pada tapak tangan dengan menggunakan telunjuk, ambil air pada anak lidah 3 kali, mesrakan pada nasi itu dan beri isteri makan.
15. Ambil hempedu ayam jantan dan air madu, tumbuk dan sapukan pada zakar sebelum berjimak. Ia mengeluarkan mani isteri.
16. Terdapat juga keadaan di mana keadaan faraj isteri dalam keadaan terlalu banyak air atau terasa besar. Ini biasanya diistilahkan sebagai faraj yang "jahat" oleh orang-orang tua Melayu. Fenomena ini menyebabkan suami pula tiada nikmat dalam berjimak dan mudah keluar mani suami. Beberapa ubat yang mudah ialali:
17. Jika isteri itu dingin nafsunya kerana farajnya yang sejuk rasanya maka ambil sunti halia padi, kapur bams, ganti, halia hidup, bunga lawang, selasih, cekur, daun riang- riang dan air madu, semua itu digiling dan sapukan pada farajnya.
18. Bagi mengeringkan faraj, ambil telur ayam hitam sebiji, manjakani, cabai, cendana dan gaharu, semuanya diasah, ambil airnya, sertakan dengan air kunyit dan campurkan dengan telur itu. Setelah itu rendang dengan minyak lenga dan beri isteri makan.
19. Ambil hempedu kambing, haneurkan kemudian dicampur madu, isteri meminumnya pagi-pagi.
20. Ambil daun inai, kayu kasturi, gaharu tenggelam, di asah. Campurkan dengan air mawar dan minum.
21. Ini ubat pulang kani iaitu menyempitkan faraj seperti anak dara. Ambil kulit jambu, kulit nangka dan buah kaduk, pipis lumat, campurkan madu dan minum 3 pagi.
22. Ubat pulang dara. Ambil hempedu kambing hitam, cendana janggi dan kapur bams. Asah dan gaul agar mesra. Beri isteri makan selama 3 pagi.
23. Ubat pulang dara. Ambil pijar satu sudu dan gula satu sudu, dicampurkan dengan air hangat, isteri minum 3 pagi.
24. Ambil lemukut dan cekur, pipis hingga lumat dan sapukan pada faraj isteri. Ini ubat bagi air faraj yang terlalu banyak.
25. Ubat pulang dara. Ambil kulit jambu hutan, kulit nangka dan buah kaduk. Pipis lumat, bubuh air madu. Isteri minum 3 atau 7 pagi. Masa makan ubat jangan jimak.

# Maajun Hakim Abdullah Dari Rome

Ini adalah maajun yang dikatakan sebagai ubat bagi berbagai-bagai penyakit dan ia telah disalin dari Naskhah Hakim Abdullah dari Negeri Rome. Fakta mengenainya digali dari, Kitab Tajul Muluk. Hakim Abdullah juga ada menurunkan ilmu yang berkaitan dengan rahsia kejadian penyakit dan ia juga dicatatkan selepas ini. Ramuan bagi membuat maajun adalah seperti berikut:

| | | |
|---|---|---|
| Gula Batu | 1 ling | semua ramuan ini |
| Mani Kemenyan | 1 ling | hendaklah dititik |
| Kacang | 2 ling | kemudian digiling. |
| Bunga Melor | Adas Pedas | Semua ramuan ini |
| Bunga Pekan | Cengkih | pula adalah sama dari |
| Buah Pala | Sunti Halia | segi beratnya. |
| Jintan Hitam | Minyak Bijan | |
| Jintan Putih | | |

Semua ramuan digiling halus. Campurkan air madu yang dua kali beratnya dari berat ramuan itu kesemuanya kemudian masaklah maajun itu hingga keadaannya boleh digentel dengan jari dan simpanlah di bekas yang kedap udara.

Beliau menyatakan bahawa Allah menjadikan Adam dari 4 unsur iaitu pertamanya tanah, kedua air, ketiga api dan keempat angin. Jika cukup imbangan nisbahnya maka tubuh tiada diserang penyakit. Penyakit datang apabila angin sudah mati dan air menjadi banyak akibat dari terlalu banyak makan makanan sejuk dan busuk serta hanyir dan kurangnya memakan makanan jenis kering.

Allah menjadikan tanah itu sebagai tempat untuk air. Api itu apabila semarak dan bahaya maka ia dapat dipadamkan oleh air. Angin itu pula akan menggerakkan air sedangkan api pula dapat menghalang angin dari berhembus.

Menurut beliau lagi, kita ini adalah umpama laut yang berombak airnya. Diibarat ada sebatang pohon kayu yang tumbuh. Bila kayu itu besar ia melindungi angin yang berlalu, menyebabkan air berhenti dari berombak. Pada ketika inilah diibaratkan datangnya penyakit. Berhentinya ombak air bererti air menjadi penyakit lendir pada daging, urat serta pembuluh darah, kulit, sendi dan tulang. Kayu itu adalah diibarat dari balgham. Itulah yang menyekat angin, yang tinggal pada badan iaitu diurat, sendi dan pembuluh darah. Angin ini tiada dapat bergerak dan berkumpul di tempat berkaitan. Oleh kerana hal itu kita akan merasa sakit.

Demikian pengajaran Hakim Abdullah mengenai kejadian tubuh dan sebab mengapa penyakit itu datang. Maajun yang dicatatkan ramuannya di atas adalah untuk menghilangkan balgham. Makanlah hingga hilang segala balgham. Jika diteliti, ramuan di atas adalah mudah dikenal serta didapati.

# Maajun Kuat Dari Rome

Berikut adalah maajun yang baik diberikan ramuannya oleh Hakim Abdullah dari Rome. Sebahagian dari ramuannya itu adalah luarbiasa dan adalah agak sukar dikenal pasti.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Buah Korek | | Cengkih | berat 2 emas |
| yang lumat | 1 ling | Jinlanllitam | " |
| Bawang Pulib | 1 ling | Akar Kara | " |
| Mcroyang Merah | | Cabai | " |
| seperti emas | berat 2 kupa'ng | Lada Sulah | " |
| Jemuju Menggila | " | Jintan Putin | " |
| Kasturi | " | Sedawai | " |
| Mastaki | " | Kepulaga | " |
| Asam | " | AdasPedas | " |
| AngkaKebayat | " | Sunti Halia | " |
| Apiun | " | Pujuk | " |
| Masrai | " | Biji Sawi | " |
| Tawas | " | BungaLawang | " |
| Buah Pala | sebiji | Lengkuas Cina | " |

Giling lumat semua ramuan yang di alas kemudian dimasak hingga hangus (dengan cara merendang). Kemudian timbang minyak bijan yang sama beratnya dengan kesemua ramuan yang telah direndangkan itu. Air madu pula adalah dua kali ganda beratnya daripada kesemua ramuan itu.

Masaklah air madu terlebih dahulu sehingga likat kemudian barulah dimasukkan minyak bijan dan ramuan tadi dan masaklah semuanya di atas api hingga keadaan ramuan itu likat dan boleh digentel. Apabila sudah berkeadaan demikian maka angkatlah ia dan simpan di dalam bekas yang tidak kedap udara.

Ma'ajun ini hendaklah dimakan pagi-pagi sebesar biji kapas dan dimakan juga di waktu Asar atau Maghrib sebesar Buali Korek.

Hakim Abdullah menasihatkan agar ma'ajun ini jangan dimakan oleh orang muda, ini kerana khasiatnya adalah khusus untuk orang yang telah berumur yang mana badannya telah lemah. Ma'ajun ini akan dapat menjaga tubuh agar lambat tua dan mengelakkan rajnbut dari ditumbuhi uban. Jika orang muda yang memakannya maka dia tidak akan tertahan walaupun mempunyai 4 orang isteri, jika dia jimak 10 orang perempuan pun dia masih bertenaga dan kuat. Jika perempuan pula yang memakannya maka akan tinggilah nafsu ghairahnya. Jika dimakan oleh perempuan yang mandul maka dia akan melahirkan anak. Beliau juga menasihatkan bahawa janganlah diberikan maajun ini kepada orang yang tidak tentu kerana akan membahayakan dirinya.

Demikianlali tentang maajun kuat yang diajarkan oleh Hakim Abdullah, adalah berkemungkinan besar bahawa maajun yang dijual di pasaran pada zaman anda adalah ma'ajun ramuan ini sekadarkan kita tiada mengetahui secara khusus ramuannya secara terperinci.

# Maajun Sultan Mahmud Raja Melaka

Ini adalah maajun yang dimakan oleh Sultan Mahmud, Sultan Negeri Melaka yang masyhur itu. Maajun ini boleh menyembuhkan penyakit dan panas. Ia juga menguatkan syahwat.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Cabai | 4 kas | Surijti Halia | 2kas |
| KulitManis | 2 kas | Buah Pala | |
| Cengkih | " | Lengkuas Rektang | 1 kas |
| Lada Sulah | " | Jintan Hi tarn | 2 kas |
| Kepelaga | " | Jintan Pulih | 200 kas |
| BungaPaJa | " | Muju | 100 kas |
| Isi Biji Saga | 1 kas | Ganja dengan | |
| Kulit Cahaya Lawa | 12 kas | bunganya sekali | 200 kas |
| Kulit Ceha Kcliling | 3 kas | | |

Ambil air inadu yang setimbang dengan campuran ramuan di atas begitu juga keadaannya dengan minyak lenga. Apabila sudah dibuat maajun maka makanlah pagi sekali dan petang sekali. Ia akan membesarkan batang zakar anda.

RAMUAN MAAJUN YANG LAIN

Ini pula maajun yang juga mempunyai khasiat yang tiada terbilang.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mastaki | 1 kupang | Kepulaga | 2 kupang |
| Lengkuas Cina | 2 kupang | Kasturi | 1 kupang |
| Halia padi | " | Apiun segar | 1 kupang |
| Naka | | KulitManis | 2 kupang |

Semuanya ditumbuk lumat, ambil air madu, dicampurkan dan dimasak dan kacaulali hingga mesra. Apabila diangkat pun, selagi ia panas hendaklah digaul supaya betul-betul mesra.

Ini juga adalah maajun yang digali dari Kitab Tajul Muluk, yang juga baik.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Tepung | sedikit | Jira | sedikit |
| BuahPala | " | Jemuju | |
| Akar Terung Pungar | " | Cengkih | |
| Akar Bunga Pulih | " | Sunti Halia | |
| Lada | " | Jerangau | |
| Basbas | " | | |

Semua ramuan dipipis halus kemudian dicampur dengan air madu serta minyak lenga kemudian dimasak di atas api. Kacau hingga sebati dan apabila masak disimpan di bekas yang baik. Maajun ini dapat menahan mani.

# Maajun Naskhah Khoja Muhammad Turki

Cara membuat maajun ini dipelajari oleh Khoja Muhammad dari Hakim Bahwani dari Baghdad ketika beliau berkhidmat dengan hakim itu. Khasiat maajun ini ialah, barangsiapa memakanya sentiasa maka syahwat yang lemah akan jadi kuat dan akan dikasihi oleh segala perempuan yang dijimaknya kerana kekuatannya itu. Ia juga dapat menyembuhkan segala penyakit, serta dapat menegangkan kulit muka seperti baru berumur 14 tahun. Perempuan juga baik memakannya.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Cabai | 4 kas | Buah Pala | sebiji |
| Kulit manis | 2 kas | BungaPala | 1 kas |
| Cengkih | " | Adas Manis | " |
| LadaSulah | " | Jahlawi | 12 kas |
| Kepelaga | " | Akar Kara | 3 kas |
| Buah Melaka | " | Jintan Putih | 600 kas |
| Ceha Keliling | " | Jintan Hitam | 300 kas |
| Sunti Halia | " | Jemuju | 100 kas |
| Biji Ganja | " | Daun dan bunga Ganja | 200 kas |

Semua ramuan digiling lumat, diikat dengan perea halus. Kemudian diambil air madu seberat dua kali ganda beratnya ramuan tadi. Ambil juga minyak lenga seberat sama timbangan dengan ramuan. Semua itu dicampur dengan ramuan, kacaulah di alas api hingga mesra. Maka dengan memakan maajun ini akan membesarkan zakar serta hujungnya kerana terlalu khayal.

JENIS MAAJUN YANG LAIN.

Berikut pula adalah ramuan-ramuan membuat maajun yang mudah yang didapati dari dalam kitab Tajul Muluk.

| | |
|---|---|
| Basbas | Jemuju |
| Bunga Pala | Jira Hitam |
| Bunga Cengkih | Jira Putih |
| Adas Pedas | Sunti Halia |
| Kedekai | Lada Jerangau |

Semuanya yang di atas adalah seberat 2 timbang. Maka campurkan dengan Manisan yang seberat 2 timbang juga dan Air Madu seberat 4 timbang. Ramuan yang telah ditumbuk halus dicampurkan kesemuanya dan buatlah maajun sebagaimana proses di atas.

Berikut juga adalah satu ramuan maajun yang digali dari Kitab yang sama.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Kelenjan | Berat 2 dirham | Pelaga | berat 2 dirham |
| Halia Basah | " | Kasturi | berat 1 dirham |
| Buah Pala | Berat 1 dirham | Gaharu hitam | " |

Ramuan ini ditumbuk dan dimasak dengan air madu. Kemudian di makan sekira-kira terasa pada tubuh badan anda.

# Amalan-Amalan Berkaitan Jimak

Berikut adalah beberapa amalan yang berkaitan dengan kasih sayang serta hubungan kelamin:

## Ayat Pengasih

Disurai pada sirih berlemu urat pada hari Khamis atau Jumaat, di tulis juga nama perempuan;

"Dihiaskan (dan dijadikan indah) kepada manusia: Kesukaan kepada benda-benda yang diingini nafsu iaitu perempuan-perempuan dan anak-pinak; harta benda yang banyak bertimbun-timbun, dari emas dan perak; kuda peliharaan yang bertanda lagi terlatih dan binatang-binatang ternak serta kebun-kebun tanaman. Semuanya itu ialah kesenangan hidup di dunia dan (ingatlah), pada sisi Allah ada tempat kembali yang sebaik-baiknya (iaitu Syurga). [Ali-Imran 3:14]. Semoga Allah selalu memberikan kasih sayang dan kesejahteraan-Nya kepada sebaik-baik makhluk-Nya, yakni pemimpin kita Nabi Muhammad SAW, keluarga dan sahabatnya. [Selawat]"

## Memujuk Isteri

Apabila isteri tidak mahu tidur bersama suami maka tulis ayat ini 70 kali pada pinggan putih dan sapukan dengan manisan lebah kemudian beri isteri minum selama 7 hari berturut-turul:

Dengan nama Allah, Yang Maha Pemurah, lagi Maha Mengasihani. [Basmalah]. Perihal isteri Nabi Nuh dan isteri Nabi Lut; mereka berdua berada di bawah jagaan dua orang hamba yang soleh dari hamba-hamba Kami (yang sewajibnya mereka berdua taati) [Surah At-Tahrim 66:10]

## Agar Isteri Patuh

Supaya isteri mematuhr suami, tuliskan ayat ini pada roti dan beri isteri makan:

Dengan nama Allah, Yang Maha Pemurah, lagi Maha Mengasihani. [Basmalah]. Wahai orang-orang yang beriman! Bersabarlah kamu (menghadapi segala kesukaran dalam mengerjakan perkara-perkara yang berkebajikan) dan kuatkanlah kesabaran kamu (lebih daripada kesabaran musuh, di medan perjuangan) dan bersedialah (dengan kekuatan pertahanan di daerah-daerah sempadan) serta bertakwalah kamu kepada Allah supaya kamu berjaya (mencapai kemenangan). (Ali-Imran 3:200)

Doa Mengeluarkan Mani Isteri

Bagi mempereepatkan keluarnya mani isteri, baca doa berikut 3 kali kemudian pegang hujung khatan (purana) isteri:

Doa Menguatkan Zakar

Ambil air panas suam, baca doa ini 7 kali di air itu dan sapu pada zakar sebelum melakukan jimak:

يا قهار لا إله إلا الله الواحد القهار

Atau ambil telur ayam 7 biji , rebus dan kupas kemudian tulis ayat ini pada telur tersebut sebelum dimakan:

رب اشرح لي صدري ويسر لي أمري واحلل عقدة من
لساني يفقهوا قولي

Doa Menjarangkan Anak

Dibaca doa mi beberapa kali sebelum pasangan melakukan jimak:

# Bab Catatan Amalan Mistik Dahulukala

Meliputi hukum amalan mistik dari perspektif Islam, mengenai perbezaan dan persamaan antara sihir clan jampi serapah Melayu, contoh jampi dan serapah ilmu kelamin, seria tangkal azimal yang berkaitan dengannya. Semua ini dicatat hanya sebagai menambah pengetahuan mengenai praktik masyarakat Melayu zaman dahulu berkaitan dengan ilmu kelamin.

# Hukum Amalan Mistik

Berikut dicalatkan hukum-hukum amalan-amalan mistik yang digariskan oleh agama Iskun yang suci.

Azimat Dan Wafaq Serta Rajah-Rajah.

Azimat adalah bahasa Arab yang ertinya kemahuan atau tekad yang sangat kuat. Ia diambil dari kata 'azam'. Azimat yang sebenar hanyalah bertawakkal kepada Allah, sebagaimana finnan Allah di dalam Surah Ali Imran Ayat 109 yang

maksudnya:

"Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad (berazam) maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepadaNya".

Mereka yang menyokong bahawa azimat serta wafaq boleh digunakan telah menyatakan bahawa azimat dan wafak adalah hasil karya ulama ahli hikmah dan dikaitkan bahawa tangkaJ dan jampi itu direstui oleh Rasulullah s.a.w. sendiri. Setiap amalan berkaitan disyaratkan pula agar dimulai dengan salam kepada Rasulullah, sahabal-sahabat RasulullaJi, roh al-Muqaddasah, para 'Abid, Rijal GhaJb, Ashabul Kahfi, Nabi Khidir, Syeikh Ahmad bin Ali Albuni, Sayid Ahmad Ilaqqi Annazili dan sebagainya lagi. Mereka berkata bahawa ilmu-ilmu ini telah diajarkan oleh Syeikh Ahmad bin A!i Albuni menerusi kitab Syumusul Anwar, dm Kitab Manba'u Usulil llikmah. Jaga diajarkan oleh Risalah Mizanul Adil, juga oleh Imam Jalaludin Abdurrahman Assayuti dalam Kitab Ar Rahmatu fit Tibbi wal llikmah, oleh Imam Ghazali dalam kitab Al-Aufaq dan juga oleh Usiaz Saayyid Muhajnmad Ilaqqi Annazili dalam kiab Khazinatul Asrar VvajaJilatuI Azhaj". Ukuna'-ulajna' ini mempunyai ilmu yang linggi dalam agama Islam dan mereka telah menuntut dan mempelajarinya bertaliun-tahun, baharukih mereka menulisnya bagi manfaat generasi kemudian.

Pada umumnya, tangkal dan azimat dihukumkan sebagai haram dan syirik. Terdapal liga buah hadis yang menyatakan sedemikian.

Dari Umran ibn llusyain, beliau berkata "Sesungguhnya Nabi Muhammad s.a.w. melihat di lengan seorang laki-Iaki gelang azimat dari kuningan. Maka bersabdalah Nabi kepada orang itu: ' ianggaJkanlah gelang itu kerana ia tidak menambah kamu keeuali kelemahan dan apabila engkau mati sedang ia masih di tanganmu, tentulah engkau tidak akan selainat selama-lamanya" Hadis Riwayat Ahmad Hakim.

Dari hadis Riwayat Bukhari pula, dari Abi Basyin, bahawa dalam satu perjalanan ia pergi bersama Rasulullah s.a.w. maka diutuslah seorang utusan, agar jangan dibiarkan kalung azimat diganlung di leher unta dan kalau ada,

supayadipotong.

Pada sualu ketika, Abdullah bin Mas'ud menjumpai isterinya memakai kalung yang ada tangkalnya, lalu kalung itu ditarik dan dipotongnya kemudian dia

berkata: "Seluruh keluarga Abdullah tidak boleh berbuat syirik kepada Allah dengan sesuatu yang tidak pernah diturunkan oleh Allah keterangannya". Setelah itu, dia berkata bahawa dia pernah mendengar Rasulullah s.a.w. bersabda: "Sesungguhnya jampi-jampian, tangkal dan guna-guna adalah syirik". Para sahabat kemudian bertanya: "Wahai Rasulullah ( Ya Aba Abdir Rahman), jampi-jampian dan tangkal telah kami mengenalinya tetapi apakah yang disebut guna-guna itu?". Rasulullah menjawab: "Iaitu pekerjaan yang biasa dilakukan oleh orang-orang perempuan supaya dengan itu mereka tetap dicintai oleh suaminya". - Hadis Riwayat Ibnu Hibban dan Hakim.

Satu lagi sabda Nabi s.a.w.: "Barangsiapa yang menggantungkan azimat maka sesungguhnya ia jadi musyrik". - Hadis Riwayat Ahmad.

Guna-Guna.

Nama ini biasa di kalangan masyarakat Melayu sendiri dan ia tergolong kepada apa yang dipanggil Ilmu Pengasih. Banyak sungguh guna-guna ini. Ada antaranya amatiah merosakkan dan jelas syiriknya seperti mengambil Minyak Dagu iaitu dengan cara membakar mayat anak dara sunti dan mengambil minyak dari dagunya. Ada antara amalan ilmu pengasih ini menggunakan pula Ayat Takluk iaitu Ayat ke 30 dan 31 dari surah 27, dimana dikatakan bahawa ia bisa menakluk wanita hingga dapat datang ke ribaan dan menurut apa saja perintah. Orang-orang perempuan Melayu pula ada yang "mengena" suaminya agar menjadi bodoh serta sayang padanya dengan amalan yang dipanggil Nasi Cangap atau Nasi Tangas. Ada juga wanita yang memberi makanan yang kotor dari badannya untuk di makan oleh suaminya. Ada pula suami yang "menapa" darahnya selama 40 hari kemudian akan dicampurkan dengan maninya lantas dimasukkan ke dalam makanan isterinya agar isterinya kasih kepadanya.

Terdapat tangkal guna-guna yang biasa diajarkan kepada wanita oleh orang-orang tua agar suaminya tidak berkahwin lagi supaya sentiasa sayang padanya. Antaranya ialah Tangkal Kunei Air, Tangkal Lam Kunyit, Tangkal Kacip Fatimah, Tangkal Tongkat Tua, Tangkal Cermin dan sebagainya lagi dengan tujuan supaya farajnya sempit "Seperti lubang jarum" dan agar farajnya panas "Panas seperti bara tempurung" dan sentiasa seperti anak dara "Fatimah mengembalikan daraku" dan berbagai lagi rahsianya yang dirasakan tidak perlu dicatatkan di sini. Orang lelaki pula mendapatkan guna-guna ini sama ada untuk isterinya atau untuk berbuat jahat dengan wanita lain. Berbagai perkara yang pelik berlaku dan diamalkan di mana ada wanita yang mempunyai ilmu yang boleh mengalihkan lubang farajnya disekitar badannya (contohnya diletakkan di bawah ketiaknya atau di tengkuknya) dengan tujuan menguji ilmu lelaki yang cuba menjimaknya. Dikatakan bahawa lelaki yang mahu menjimaknya tidak akan berjumpa dengan lubang farajnya di tempat yang

sepatutnya, dengan membaca guna-guna juga perkara itu bisa dialahkan.

Tilikan Dan Firasat

Di dalam kitab Sahih Bukhari, dari Nabi s.a.w. bahawa beliau pernah ditanya ten tang tukang-tukang tilik atau dukun (tukang tenung) maka sabda Rasulullah: "Mereka itu tidak ada apa-apa". Lalu para sahabat berkata: "Ya Rasulullah, bahawa mereka itu meneeritakan sesuatu terkadang menjadi benar". Maka sabda Rasulullah, hal itu adalah perkataan dari yang hak (Allah), yang disampaikan oleh seorang jin (atau syaitan) lalu ditiupkannya di dalam telinga pembantunya (iaitu para dukun) seperti tiupan (atau patukan) ayam betina, lalu mereka campurkan perkataan yang benar dengan kedustaan lebih dari seratus".

Sabda Nabi s.a.w. : "Mempelajari ilmu tenung sama hukumnya dengan mempelajari ilmu sihir dan barangsiapa yang datang kepada kahin (dukun) itu dan pereaya apa yang dikatakannya, dia telah ingkar kepada apa yang telah diturunkan kepada Nabi Muhammad s.a.w.".

Hadis Riwayat Muslim: "Barangsiapa yang datang kepada satu tukang tilik ten tang sesuatu perkara, lalu ia pereaya akan dia maka tidaklah diterima solatnya empat puluh hari".

Nujum

Pada suatu hari putera Rasulullah (Ibrahim namanya) meninggal dunia dan pada waktu itu pula ada gerhana matahari dan malamnya ada gerhana bulan. Kemudian orang ramai ribut-ribut menyatakan bahawa yang menyebabkan kematian itu adalah kerana adanya gerhana matahari dan bulan itu. Apabila Rasulullah mendengar hal itu beliau bersabda: "Sesungguhnya matahari dan bulan itu, adalah dua tanda daripada beberapa tanda (kekuasaan) Allah. Gerhana itu tidak terjadi kerana lantaran mati atau hidupnya seseorang. Kalau kamu melihat ada gerhana, hendaklah kamu berdoa kepada Allah, bertakbir dan mendirikan solat." - Hadis Riwayat Bukhari.

Sabda Rasulullah s.a.w. " Barangsiapa yang mengambil sebahagian dari ilmu nujum maka ia telah mengambil sebahagian dari sihir." Hadis riwayat Abu Daud.

Sihir.

Hendaklah diketahui bahawa kadangkala, sihir itu menggunakan ayat-ayat Al-Quran. Inilah perkara yang paling bahaya sekalt kerana amalan ini "berselindung" di belakang penggunaan ayat-ayat suci. Memang ada perkara ini di dalam masyarakat Melayu sendiri, contohnya penggunaan lafaz Allah untuk sihir, menggunakan ayat Qur'an untuk syarat-syarat azimat dan tangkal, berpuasa untuk ilmu tenung dan sebagainya lagi

# Antara Sihir Dan Jampi Serapah Melayu

Kata Ibnu Khaldun "Ilmu sihir dan tilik adalah suatu ilmu tentang persediann-persediaan jiwa manusia untuk mempengaruhi alain kebendaan sama ada tanpa bantuan atau dengan bantuan dari langit. Yang pertama ialah sihir dan yang kedua ialah tilik."

"Penduduk Babylon dari golongan Rabbani dan Kaldani begitu juga kaum Qibti di Mcsir dan lain-lain kaum, ada mempunyai karangan-karangan dan butir-butir mengenai sihir. Kemudian di Timur lahir pula Jabir bin Haiyan, seorang ahli sihir teragung dalam Agama Islam. Dia telah menatap buku-buku mengenainya dan telah menghasilkan amalan Simia iaitu satu dari cabang ilmu sihir yang boleh menukarkan jasmani kepada suatu bentuk lain dan amalan ini dapat dilakukan dengan kekualan jiwa, bukan dengan perbuatan makmal."

"Jiwa-jiwa yang mempunyai kuasa sihir ada tiga mertabat. Mertabat pertama ialah yang dapat mempengaruhi melalui kemahuan semata-mata tanpa bantuan. Inilah yang dikatakan sihir oleh golongan failasuf. Mertabat kedua ialah yang dapat mempengaruhi dengan bantuan dari mizaj, bintang-bintang, elemen-elemen alam atau angka-angka bilangan, ini dinamakan tilik iaitu yang lebih lemah mertabatnya dari yang pertama. Mertabat ketiga ialah yang dapat mempengaruhi perasaan yang berkhayal dan bertindak ke atasnya dan melemparkan kepadanya berjenis-jenis khayalan dan gambaran yang mahu di berikan dan kemudian membawanya kembali kepada alam nyata, seperti membuat mereka seolah-olah ternampak taman-tainan bunga, sungai-sungai dan pohon-pohon sedangkan benda-benda itu tidak ada di depan mereka. Di kalangan aim' failasuf ini dinamakan khayalan atau halluemation."

A.S. Hornby dalam Oxford Advaneed Learner's Dictionary of Current English menyatakan bahawa sihir adalah "seni mengawal kejadian dengan pendakwaan penggunaan tenaga luar biasa, ia witeheraft, praktis tahyul primitif berdasarkan kepereayam ke atas agen ghaib. Sihir hitajn dilakukan dengan pertolongan syaitan dan sihir putih tanpa (?) perlolongan syailan".

Jampi atau jampi-jampi ditakrifkan oleh John D. Gimlette dalam A Dictionary X)f Malay Medicine sebagai "penggunaan serapah oleh bomoh atau pavvang dalam amalan sihir Melayu. Menjampi ialah untuk mengubati secara sihir, contohnya bila bomoh menghembus ke atas muka atau badan pesakit, menggunakan serapali yang sesuai, dengan idea menyembuhkannya dengan cara menghembus tersebut".

Menurut Prof. Mohd. Taib Osman dalam bukunya Malay Folk Beliefs, setengah-selengah bomoh Melayu mendakwa bahawa ilmu bomoh itu berasal dari Luqman al-Hakim, kata seorang bomoh "Kemala Hakim (Luqman Al-Hakim) pada satu masa lelah dihalau dari negerinya. Dia

sampai di negara Raja Iskandar, di mana dia menjadi seonuig tabib (bomoh) yang terkenal. Setelah beberapa lama, dia pun ghaib dari negeri tersebut dan sampai di Johor, di mana dia memakai nama Andra Tabib. Dari Johor dia pergi ke Pattani, di mana, sebagai Sheikh Tabib Ulia Tabib dia kemudiannya ghaib. Pada lempatnya muneul Tabib Empal Paku Alain, dengan gelaran Ulia Tabib Alang Naharu. Bila Tabib ini ghaib, muneul pula Seri Maharaja Tabib Paku Alam Naharu...".

Pengaruh Hindu pula menyelubungi praktis pawang. Satu serapah pawang mendakwa "Siva adalah Mahaguru, Nur Muhammad dan Luqman al-Hakim adalah pawang silam dan aku adalah pawang keempat". Perkalaan pawang yang tua biasanya dikaitkan dengan Siva, Nabi Muhammad dan kadangkala hatta Allah. Ada juga yang mengaitkan Pawang Yang Tua kepada anak Adam, ada juga yang mendakwa bahawa "empat pawang asal" adalah ciptaan Allah dari empat sahabat lembaga Adam. Ada yang menyaiakan bahawa orang pertama yang menjadi pawang hidup tidak lama selepas banjir besar Noh, dia ada delapan cueu yang mempunyai nama- nama Hindu, empat dari mereka, Batara Guru, Batara KaJa, Bcnna Sakh* dan ular Saktimuna menjadi penyihir di daratan, sementara empal lagi, Sedang Berma, Scdang Buana, Bujang Juara dan Raja Laut menjadi penyihir di lautan."

Dengan kedatangan Islam, iktibar percintaan Yusuf dan Zulaikha telah digunakan bagi mencapai kesan yang serupa dan menantu Rasulullah iaitu Saidina Ali, yang digelar Harimau Allah juga telah dikaitkan dalam praktik ilmu guna-guna, serla isteri beliau Fatimah (anaknda Rasulullah). Banyak jampian, sejak itu, menggunakan nama-nama nabi-nabi, wali-wali serla mereka yang terkenal di dalam Islam. Banyak juga nama-nama pohon disempenakan dengan nama Ali atau Fatimah atau Luqman al-Hakim seperti Tongkat Ali, Buku Ali, Janggut Ali, Akar Fatimah atau Kacip Fatimah atau Daun Lukman al-Hakim.

Dari segi Ilmu Kelamin, ada sihir yang berlujuan memisahkan di antara suami dan isteri dan ada yang untuk menguaikan keinginan antara satu sama lain, antara yang awal dari sihir ini adalah yang dilurunkan di Babil pada zaman dahulu, ditulis dalam Bahasa Sumeria, Bahasa kuno yang wujud beberapa abad sebelum Masehi:

"Bangunlah wahai dewi agung! Dan dengarlah aduanku! Kurniakanlah keadilan kepadaku dan ambillah perhatian terhadap keadaanku. Sesungguhnya aku menghadapmu dalam keadaan yang hina dan membentangkan kepadamu akan nasibku. Ia disebabkan oleh bencana yang dilimpakan oleh kedua-duanya ke atasku. Dan disebabkan benda-benda kotor ini yang mereka berdua gunakan. Semoga matilah lukang sihir perempuan ini dan berilah kehidupan padaku dewi! Dan semoga haneurlah langkal azimat tukang sihir perempuan dan rosaklah sihimya. Semoga dahan yang dipetik dari pohon Ru dapat mensucikan dirimu. Semoga dahan ini melepaskan daku dan semoga hapuslah bau busuk mulutku di udara. Semoga aku dibersihkan oleh rumput Musylakil yang banyak memenuhi

bumi..."

Seielah kedatangan Islam, masyarakat Melayu tidak suka kepada nama sihir. Dipisahkan antara nama sihir dan nama jampi atau serapah tetapi garis yang memisahkan hakikat sihir, jampi atau serapah itu pada umumnya tidak ada. Masyarakat Melayu keberatan untuk menyaiakan bahawa jampi atau serapah itu sihir. Ini mungkin kerana jampi dan serapah itu dimulakan dengan Bismillah dan juga pula berakhir dengan Syahadah. Masalah yang timbul bukan dari segi permulaan dan akhimya itu tetapi yang ditengah-tengah jampi alau serapah itu. Selalu kedapatan bahawa pengertian ayat yang berada di antara kedua perkara tadi tidak difaliami sebab-sebabnya dan tidak pula diajarkan sebab-sebab itu kepada muridnya. Jika hendak diistilahkan sebagai doa ia bukan doa kerana jampi dan serapah itu telah ditentukan bacaannya, tidak boleh disebut dengan perkataan yang lain, jika salah sebutan perkatannya maka jampi atau serapah itu ‘tidak menjadi’.

Kekaburan mengenai masalah jampi serapah dan sihir ini masih lagi berterusan pada masa sekarang ini terutamanya di kawasan desa pendalaman. Kebanyakan orang Melayu (Islam) berpendapat bahawa jampi serapah itu dibolehkan kerana ia diajar oleh Nabi Sulaiman a.s. tetapi perkara ini telah jelas dinafikan oleh Allah s.w.t. di dalam Surah AI-Baqarah Ayat 102 yang bermaksud:

“Dan mereka mengikuti apa yang dibaca oleh syaitan-syaitan di masa kerajaan Sulaiman dan Sulaiman bukanlah orang yang tidak beriman tetapi syaitan-syaitan itulah yang tidak beriman, mereka mengajarkan sihir kepada manusia dan apa yang diturunkan kepada dua malaikat Harut dan Marut di negeri Babil dan kedua-duanya tidak mengajarkan kepada seseorang pun melainkan terlebih dahulu dikatakan: Kami ini hanya membawa ujian (fitnah), sebab itu janganlah kamu menjadi orang-orang yang tidak beriman (kafir). Lalu mereka mempelajari dari keduanya apa yang akan memisahkan antara lelaki dan isterinya dan mereka tidak dapat mendatangkan bahaya itu hanyalah dengan izin Allah dan mereka mempelajari hal yang akan merosakkan kepada mereka bukan yang akan mendatangkan manfaat untuk mereka. Dan sesungguhnya mereka tahu betul bahawa siapa yang mengambil pelajaran itu tidak lagi mendapat bahagian di hari akhirat dan sesungguhnya amat buruklah apa yang mereka perolehi dengan menjual diri mereka kalau mereka mengetahui”.

Begitulah dengan terperincinya dan jelas, asal usul sihir dinyatakan di dalam Al-Qur'an. Memang benar bahawa di dalam pelajaran sihir itu ada perjanjiannya yang berbagai rupa. Paling buruk dari segala perjanjian itu adalah memberikan jasad yang telah mati untuk didiami oleh syaitan. Amalan ini terdapat dalam masyarakat Melayu dan ia juga dapat dikesani di dalam praktik setengah- setengah dari Ilmu Kelamin. Di dalam hal ini mereka menjualkan jasad mereka apabila saja mereka mati untuk dihuni oleh syaitan selama beberapa lama mengikut perjanjian semasa ilmu tersebut dipelajari. Syaitan itu menghuni jasad yang telah mati itu untuk berbagai tujuan.

# Contoh Jampi Serapah Ilmu Kelamin.

Terdapat berbagai jampi serapah atau mentera di dalam ilmu kelamin bangsa Melayu. Kebiasaannya ianya disertai dengan sesuatu amalan tertentu sebagai syarat semasa membacanya. Di bawah ini dicatatkan contoh-contoh jampi serapah yang diamalkan, oleh masyarakat Melayu zaman dahulu. Cara melakukannya tidak dicatatkan di sini kerana dirasakan memadai untuk diketahui isi jampinya bagi penilaian dan perbandingan.

Mentera Pengasih.

“Hai pinang sepiak muri tanaman Maharaja Dewana, naik cahaya mukaku berseri-seri Si (nama) pandang mukaku terbuka hati yang berahi kepada aku Si (nama) pandang dadaku terbuka kasihan belas Si (nama) itu kepada aku. Pandang kanan terbuka kasihan belas Si (nama) itu kepada aku. Pandang kiri terbuka qabul hati dendam rindu kepada aku. Jika Si (nama) itu tiada kasih sayang cinta berahi kepada aku, derhakalah hatinya kepada aku. Sah Sidi pengajaran guru. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Guna-guna.

"Bismillahir Rahmanir Rahiim, uratku lipat lendan tujuh, darah menggelegak di dalam kubur kena doaku sehampir panas. Hai malaikat empat puluh empat, aku serulah engkau, aku suruhlah engkau, aku pinjamlah engkau. Suruhlah engkau pergi ambil hati (nama) itu rentak rentang bawa hantar kasih sayang kepada aku, siang dan malam tiada lupa pada aku. Lupa makan nasi lupa akan aku. Lupa air minum lupa akan aku. Lupa pakai kain lupa akan aku. Lupa sanggul rambut lupa akan aku. Lupa engkau menyusu ibumu tiada lupa akan aku. Dengan berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Sirih Pemanis Pengantin

“Bismillahir Ralimaanir Rahiim. Hei batu pahit batu mara. Berkat aku pakai sangka bunuh sangka mara. Dari jauh engkau pandang aku engkau merah mata. Dari dekat engkau lembut hati sekelian wujud anggota engkau, sejuk hati engkau, engkau pandang aku seperti air telaga di bawah bukit. Dengan berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Tangas Pakaian.

“Bismillahir Rahmaanir Rahiim. Hai Ruh (nama) engkau terbang melayang dapatkan aku pulanglah. Hai Ruh kembalilah ke tempatmu yang asal, kalau engkau tidak kembali aniayalah dirimu. Hai Ruh (nama) pulanglah engkau dengan kudrat kuasa Tuhan Yang Maha Kuasa dengan berkat syafaat Nabi Muhammad dan sahabat-sahabatnya Abu Bakar, Omar, Uthman, Ali dan kebenaran kalimah Laailahailallah Muhammad Rasulullah."

Ada juga jampian yang diamalkan oleh orang perempuan Melayu, yang mana ini juga berkaitan dengan Ilmu Kelamin, dapat diperhatikan bahawa

terdapat banyak perkara yang kabur di dalam isi kandungan jampian-jampian ini.

Tangkal Kunci Air

“Semendak air dalam talam. Kun mahbot mati kuman mati kurap mati dibunuh raja Allah, Raja Muhammad. Halia tumbuh terus tumbuh di dalam rangka urat. Tumbuh wujud tumbuh, urat tumbuh. Tumbuh tujuh warna rasa. Batu belah batu bertangkup di atas gigi air. Puki belah puki bertangkup. Aku memakai Kunci Air. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Tangkal Lam Kunyit

“Takah kunyit, tauladan kunyit. Karang tumbuh di kuala. Daun segertang daun keranji. Sab masuk lubang buluh. Bagai digetang bagai dikunci. Aku memakai pengasih dalam tubuh. Cekur jantan cekur betina. Tanam dalam kota. Seorang jantan seorang betina. Aku memakai doa tujuh rasa. Banyak rasa dirasa tak sama aku seorang. Tebing tinggi tanah liat bagai kuntum bunga melor. Bagai budak baru jadi. Hangat bara tempurung sempit lubang jarum. Banyak orang bersanggul aku seorang bersapu tangan. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Tangkal Urat.

“Putus urat bertemu sama urat. Putus kulit bertemu sama kulit. Hancur daging bertemu sama daging. Patah tulang bertemu sama tulang. Hei Gagak Semalan. Bukan engkau yang punya tawar. Tawar Datuk Andara Putih punya tawar. Bukan aku punya tawar. Tawar Datuk Andara punya tawar. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

Penyeri Muka

“Masua Sukur men jadi pohon. Tajuk Malai menjadi dahan. Ya Ilahi Tuhanku. Tabul cahaya memandang mabuk dan malai. Bedak disapu Muhammad mengirai. Ku semangat Si (nama) itu. Tunduk kasih sayang memandang kepada aku. Cinta berahi semangat Si (nama) itu kepada aku. Inikan pulak engkau terlebih kasih kepada aku. Tangan yang kanan menggenggam semangat Si (nama) itu. Mabuk Si (nama) itu kepada aku. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah."

Jampi Mandi

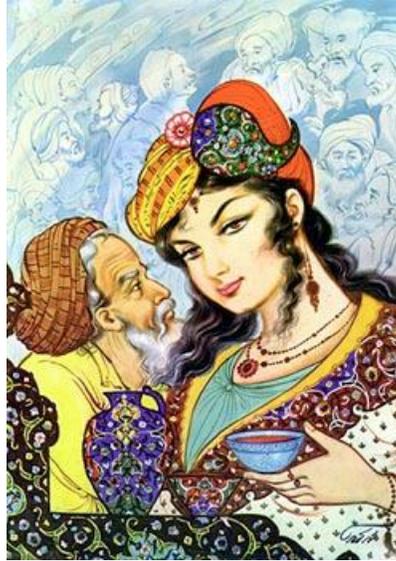
“Mandi hayat, mandi hayyun. Mandi hadrat, mandi katibin. Mandi roh, mandi qalam. Mandi badan serta nyawa. Berkat doa Laailahailallah Muhammad Rasulullah.”

# Bab Ujian-Ujian Personaliti

Meliputi hakikat bayangan firasat, bayangan badan, mengenai tubuh dan kelakuan wanita, 44 sifat wanita, firasat anggota badan, firasat tahi lalat, firasat nilai keturunan bangsa, rahsia tabiat wanita, rasi bulan bagi melangsungkan perkahwinan, serta petung perjodohan menerusi hari kelahiran. Semua ini dicatat bukan untuk diamalkan tetapi sekadar menambah pengetahuan tentang amalan Merasi yang telah diamalkan oleh orang-orang Melayu dahulu sebelum memilih seseorang perempuan bagi menjadi isteri.

# Hakikat Bayangan Firasat

Peringatan: Bahagian ini hanyalah untuk menambah pengetahuan, jangan diamalkan, ditakuti menyesatkan akidah.

Pengetahuan firasat telah diajarkan di dalam masyarakat Melayu dari zaman dahulu lagi. Ianya biasa diajarkan apabila seseorang belajar tentang Iimu Kelamin atau Senggaina, dengan tujuan agar dapat mengenali wanita dari susuk tubuh dan bentuk anggotanya serta tanda-tanda di badannya agar dapat memilih isteri yang baik tingkah lakunya serta setia dan membantu di dalam rumahtangga disamping kecantikan. Ilmu ini juga biasanya diajarkan bersama Ilmu Rasi atau Keserasian, yang mendasarkan untung nasib pasangan dari kaedah-kaedah hitungan abjad.

Jika dirujuk kepada kitab-kitab lama, didakwa bahawa ilmu-ilmu ini diajarkan oleh Imam Jaafar As-Siddiq dan Abu Ma'syar Al-Falaki. Itu ndalah punca-punca dari Asia Barat. Jika dirujuk di Indonesia, kita dapati bahawa ilmu-ilmu seperti ini didakwa berasal dari ajaran Wali Sembilan contohnya, Ilmu Pe'ung (hitungan dari segi mencari semula barang yang bersyaratkan sajian atau selamatan) dUcatakan diajar oleh Sunan Bonang, Sunan Giri, Sheikh Siu Jenar (yang telah dihukum bunuh oleh Wali Sembilan kerana dihukum murtad) dan Sunan Kalijaga. Kitab Primbon Jawa banyak membincangkan tentang Ilmu Neptu Hari dan Pasaran. Mungkin bahawa ilmu-ilmu ini tiada kaitannya dengan ajaran Wali Sembilan tetapi dikaitkan dengan mereka.

Ilmu Firasat dan Ramalan dikatakan berasal dari zajnan Nabi Musa a.s. dan di dalam setengah kitab dikatakan bahawa Ilmu Nujum atau Tenung itu bermula sejak zajnan Nabi Idris a.s. lagi. Ilmu Sihir dikatakan bermula dari zaman Nabi Sulaiman a.s. Bukanlah nabi-nabi tersebut yang mengajarkan ilmu-ilmu berkaitan, cuma ilmu-ibnu berkaitan itu wujud di zaman itu.

Berkemungkinan besar Ilmu Firasat berasal dari Jawa dan dibawa ke Malaysia. Di Jawa, pengetahuan tentang liaJ Neptu Hari dan Pasaran atau Petung Tahun telah terkenal lama. Ada yang mengatakan bahawa ia bermula dari kerajaan Majapahit semasa pemerintahan Hayam Wuruk. Kerajaan Majapahit terkenal. dengan anutan Hindu-Buddha pada masa tersebut.

Demikian serba ringkasnya tentang asal-usul Ilmu Firasat ini. Anda akan dapat memjuk ilmu-ilmu ini di dalam kitab Primbon Jawa dan jika di

Malaysia ini, kitab yang paling banyak membincangkan tentang Firasat ialah kitab Tajul Muluk karangan Sheikh Hassan bin Sheikh Ishak Al-Fatani dan kitab Bintang Dua Belas karangan Abu Ma'asyar Al-Falaki yang telah diterjemahkan ke Bahasa Melayu. Bayangan Badan.

Menurut pengetahuan orang-orang dahulu, apa yang terpapar secara zahir pada anggota badan seorang insan itu dapat membayangkan pula apa yang tersembunyi di sebalik pakaiannya.

Saiz Faraj Sama Dengan Saiz Mulut.

Rata-rata ilinu jimak limur mengaitkan mulut wanita dengan farajnya. Kemungkinan besar ajaran ini berasal dari negeri Cina. Orang-orang Cina dahulukala memang berpegang teguh kepada ajaran ini. Maharaja Cina zaman dahulu mencari isteri serta gundik-gundik yang bermulut kecil kerana dikatakan bahawa wanita wanita jenis ini senang untuk dipuaskan naisunya lantaran kecil farajnya.

Jari Panjang Sukar Dipuaskan.

Jika seseorang wanita itu mempunyai jengkalan yang lebih panjang dari jengkalan suaminya maka itu ertinya wanita ini sukar dipuaskan naisunya kerana lubang farajnya panjang (dalam).

Mulut Yang Terlalu Lebar.

Wanita yang dimaksudkan bermulut lebar dimana jika dilukis garisan dari hujung kedua keningnya dan garisan itu mencecah kedua tepi mulutnya, kedua garisan itu tidak bertemu (bersilang) melainkan setelah melewati dagunya. Wanita begini dikatakan sukar untuk dipuaskan naisunya.

Bibir Bawali Yang Panjang.

Seorang wanita yang mana bibir bawah mulutnya tampak agak panjang (terjuih) dikatakan sebagai sukar untuk dipuaskan dalam jimak.

Turn it Kaki Yang Kemerahan.

Wanita yang mempunyai tumit yang kemerahan mempunyai kulit yang halus dan daya ghairah yang tinggi. Biasanya mereka mempunyai rupa paras yang menawan.

Ibu Jari Kaki Lelaki Dan Saiz Zakarnya.

Besar dan kecil serta panjang atau pendek zakar lelaki boleh dilihat menerusi ibu jari kakinya. Maka pakailah kasut jika tidak mahu saiz zakar diketahui.

# Tubuh Dan Kelakuan Wanita

Di kalangan orang-orang Melayu terdapat koleksi petua-petua bagi memilih isteri yang baik. Kesemua pengetahuan ini lebih merupakan falsafah pengaruh Primbon Jawa, bukan untuk dipereayai:

1. Rupa cantik, mata layu, bicara halus dan perlahan, kulit* wama kekuningan, rambut ikal mayang. Dia pemurah, setia pada suami, penyabar dan tahan menderita.
2. Bentuk muka elok, muntuk dan lurus, rambut kasar. Jujur dan setia pada suami dan tempat kenikmatan dunia.
3. Badan tinggi besar, kulit hitam, rambut halus. Dia baik, boleh dipereayai dan pandai menjaga rumahtangga.
4. Badan kecil, gerak serba pantas, kulit kehijauan, bereahaya mukanya, bulu kening lebat. Mententeramkan, memberi nikmat.
5. Badan kecil, katik, muka manis menarik, tingkahlaku pantas dan elok. Setia dan jujur terhadap suami, tahan hidup sengsara.
6. Badan tinggi, suara merdu, mata layu dan sayu. Baik dijadikan sahabat, tahan menyimpan rahsia, memberikan kenikmatan.
7. Airmuka pucat, bibir selalu kering, warna kulit seperu' sawo matang. Berhati mulia, setia dan boleh dipereayai.
8. Leher condong ke depan, betis tegang berisi (bunting padi). Alat kelaminnya memberi kenikmatan pada suami, dia pandai bermesra dan memberi kepuasan.
9. Muntuk, muka kehijauan, tingkah laku pantas dan elok. Kasihnya besar terhadap suami, jujur.
10. Pinggang kecil, rambut lebat dan hitam pekat, kulit halus, muka manis. Setia pada suami, dapat menasihati suami.
11. Kulit kuning, urat nampak kebiruan, anak rambut di dahi berdiri, mata selalu berkelip, bicara halus perlahan, air muka manis. Budi tinggi, pemurah, setia, rezeki murah, rela dimadu.
12. Kulit kemerahfin, muka kebiruan, bulu kening tebal. Dapat memuaskan suami.
13. Watak kasar, kulit putih. Suka banyak bicara, baik menjadi isteri kerana di masa hadapan rezekinya murah dan rezeki baik.

# 44 Sifat Wanita

Dalam memilih bakal isteri, masyarakat Melayu dahulu kala menggahskan beberapa falsafah bagi mengenal sifat-sifat batiniyah (psikologi) wanita berdasarkan kejadian tubuh badannya. Pengetahuan ini dapat dikesani berasal kitab Primbon Jawa, biasanya diturunkan melalui lisan dari gum kepada muridnya. Dicatatkan disini sebagai menambah pengetahuan senfata-mata:

1. Beras Tumpah - Kulit kuning, rambut lembut hingga ke hujung, payudara besar, di telinga ada tahi lalat. Dia lekas naik darah dan pemboros serta suka bertengkar dengan suami.
2. Bintang Kesiangan - Kulit hitam atau gelap, wajah manis, rambut lebat berombak, mata seperti mengantuk. Dia senang bersama dan bermesra dengan suami.
3. Durgasari - Muka bujur telur berwarna sedikit kemerahan, leher jinjang. Dia suka khianat, tidak baik dalam rumahtangga dan suka membohongi suami.
4. Silasari - Kulit kuning, rambut kemerahan lembut sampai ke hujung, payudara kecil, tahi lalat di kuping telinga. Dia suka naik darah dan pemboros.
5. Emping Hijau - Kulit hitam, rambut hitam lembut, mukanya panjang, badannya tegap, kaki kecil dan kering, kuku panjang dan kecil. Dia baik, sumber kekayaan rumahtangga, menguntungkan, tapi suka merajuk dan pulang ke rumah orang tuanya.,
6. Galak Ulat - Kulit kuning, rambut kerns dan lurus, hujung rambut warna merah. Dia sering menolak jika diajak jimak.
7. Matahari Jatuh - Kulit kuning, urat-urat nampak hijau, alis lentik seperti bulan pada satu haribulan, mata seperti orang bangun tidur, wajahnya manis. Dia sabar, cakapnya terlalu berhati-hati, budi bahasa dan perilaku sangat baik, dia tidak sedih bila dimadu, setia dan amat teliti dalam pekerjaan, dapat mendatangkan kekayaan.
8. Gandasari - Kulit kuning, rambut hitam berkilat, leher agak pendek, gerakgeri tubuh seperti orang malas, payudara tergantung, tingkah laku serba pantas, manis dipandang. Tidak menampakkan marah, tutur katanya lembut dan pandai dalam melaksanakan kewajipannya.
9. Sinar Kencana - Duduknya tenang, agak pendiam, wama kulit kehitaman, rambut lembut, hitam dan halus dan tubuhnya besar.

Perempuan ini baik.

10. Puspa Mekar - Bentuk badan seperti orang Iclaki, tulang agak menonjol, bila berdiri kaki seakan bertemu, ruas bet is panjang. Dia dapat melayani kehendak suami.
11. Tulang Sirih - Kulit kuning, bibir kering, payudara ke atas sedikit, suka banyak cakap. Dia setia pada suami, pandangan luas, suka minta untuk berjimak.
12. Praba Sari - Kulit agak merah tua atau macam kulit manggis, dada bidang, payudara sedang. Dia setia pada suami dan bersopan santun.
13. Kunei Pintu - Kulit hitam, kaki kecil serta jarinya lurus, rambut hitam dan lebat. Dia pandai simpan rahsia rumahtangga, sabar dan tenang menghadapi segala dugaan.
14. Ratna Kencana - Kulit kuning, rambut kasar dan panjang, hujung rambut hitam lebat, kaki kecil. Dia membawa tuah, kalau suaminya berniaga boleh mendapat keuntungan besar.
15. Sari Maya - Badan kurus, rambut genjur dan kasar, wajahnya kelihatan kemerahan, tidak pandai menuntut sesuatu dari pihak suami serta menerima apa saja keadaan hidup, ta'at kepada perintah Allah.
16. Melawan Arus - Kulit kuning putih, badan kecil, rambut hitam lebat, payudara besar. Dia suka bertengkar dengan suami, kalau kalah bertengkar, sanggup bunuh suami.
17. Air Lalu - Pandangannya menarik had dan manis, sinar matanya jernih, bentuk badannya tegap, bila berdiri kemas dan tetap, kulit putih, suaranya perlahan, cakapnya berhati-hati, tubuhnya seakan tidak bergerak bila berjalan dan dia tunduk bila berjalan. Dia setia pada suami, rela dimadukan dan madu dianggap saudara sendiri. Tiada syak, setia hercinta.
18. Lurus Siku - Kulit putih, pandai bereakap, rambut keras dan lurus. Dia suka helajar ilmu ghaib dan dapat menambahkan harta benda kepada suami.
19. Riak Air - Pandai melayan para tetamu, banyak kenalan, pekerjaannya disukai oleh orang lain, mengambi! berat tentang kesihatan dan makan minum suami. Baik dijadikan isteri.
20. Suasa Murni - Kulit seperti buah manggis yang dibelah, rambut hitam panjang, badan kecil, tangan dan kaki lurus. Dia baik untuk dijadikan isteri.
21. Sinar Fajar - Kaki kecil dan lurus, lengannya pun begitu, bentuk badan dilihat dari belakang dari pinggang ke atas agak lebar. Ta'at pada agama dan mendatangkan kemuliaan.
22. Pagar Negeri - Peha agak besar, dada agak lebar, rahang muJut

lebar. Tidak setia pada suami, dia akan tinggalkan suami bila berjumpa leiaki lain.

23. Pecah Buah - Tubuh pendek, kecil orangnya, wajah manis, memiliki sifat berani menentang halangan, kuat berusaha untuk mencari kekayaan.

24. Maiahari Terbenam - Badan kecil, warna kulit kemerahan, sedikit tanda kebiruan tampak di wajah, aJis mala tebal. Dia suka simpan perasaan, tindak tanduknya mengejutkan, tidak begitu baik dijadikan isteri tetapi boleh dijadikan kawan berhibur dan bersenang.

25. Bunga Lawang - Tubuh kecil, kulit putih kekuningan, melangkah seperti harimau lapar, sentiasa mahu cepat pergi kemana-mana. Pandai simpan rahsia, sopan santun, mementingkan kebahagiaan rumahtangga dan kaum keluarga.

26. Mendung Pctang - Tubuh gemuk, tingginya sedang, kulit kuning, renungan mata seperti orang marah. Dia tidak begitu baik dijadikan isteri.

27. Sempadan Negara - Badan kecil. kulit kemerahan, rambut panjang, tingkah laku menarik, banyak kepandaian, cintanya teguh, tidak mudah mendengar hasutan, baik dijadikan isteri.

28. Muslika Lalu - Kulit kuning, bentuk wajah agak lebar, orangnya peramah, pandangan mata tajam tetapi manis dan menarik, tubuh sedang serta tegap, suara amat mengesankan, pandai bereakap dan baik pekertinya.

29. Pandan Setaman - Badan tinggi, mata seperti bangun tidur, pandai bereakap dan setia dalam persahabatan, setiap kenalan dianggap seperti saudara sendiri, pandai simpan rahsia, sopan dan akan menyelesaikan segala kerja.

30. Ratna Murni - Kulit kuning, bibir merah tua, susunan gigi nampok sama, buali dada sedang, sinar mata tenang, suka buat kerja cepat dan sempuma, tuturkaia menarik hati, pandai menggunakan bahasa yang lembut, suka melindungi suami dari sebarang cacian atau tuduhan, ta'at pada keluarga, baik dijadikan suri rumahtangga.

31. Pisang Suluh - Tubuh kecil, kulit agak kemerahan, ada juga perempuan jenis ini yang kulitnya seperti manggis, rambut genjur. Dia dapat memberikan kepuasan pada suami.

32. Sirih Terlentang - Kaki agak melintang, jika berjalan kakinya suka menendang tanah. Perangainya pemboros dan suka melakukan perbuatan yang keji.

33. Buah Manggis. - Warna kulit seperti buali manggis, hitam tetapi manis, raut wajahnya lembut, cinta kasihnya pada suami ikhlas dan jujur.

34. Guntur Madu - Tubuh sedang, kulit kuning, mata seperti orang bangun tidur, sorotan mata seperti orang sedang marah. Dia rajin bekerja, memuaskan suami bila jimak.

35. Sinar Sari - Tubuh sedang, bibir sedikit lebar, peha agar melintang, tidak pernah memandang jauh, kerdip mata nampak tersusun. Suka melarikan diri dari suami tanpa sebab jelas.

36. Kala Senja - Tidak elok dijadikan calun isteri. Dia suka hias diri waktu petang dan kemudian berjalan ke rumah orang. Dia khianat, suka bermusuh dengan suami, hanya suka berjalan, tidak pandai menguruskan rumahtangga.

37. Kencana Kuning - Badan. tegap, kulit kuning, payudara sedang, rambut hi tarn dan hujungnya merali. Elok dijadikan isteri kerana pandai menyimpan rahsia.

38. Kunei Kencana - Kulit hi tarn, badan tinggi besar, kaki peodek. Dia amat bosan kepada suami.

39. Uncang Lepas - Kulit wajah kehitaman, rambut lembut, bentuk agak besar. Setia, baik pekerti, kasih pada kaum keluarga.

40. Madu Rasa - Tubuh kecil, kulit kehijauan, payudara sedang, betis kecil, alis lebal. Dapat membahagiakan sewaktu jimak.

41. Lautan Pasang - Duduknya tenang, diam, baik budi pekerti, tinggi pengetahuan, rendah hali, tidak banyak cakap, pandangan mata cukup tajam. Dia cepat memahajni kehendak orang lain, setia pada suami dan mendatangkan harta benda. Tapi suka menolak ajakan jimak, jika suami marah, dia tinggalkan rumali tetapi marali mudah reda dan tiada dendam. Suami harus diplomasi. Dia calun isteri dan ibu yang baik.

42. Matahari Condong - Muka kecil, rambut lebat, jari lurus, urat lembut, leher macam rotan, bahu agak melintang dan nipis tetapi nampak menonjol, pinggang ke bawah lurus, peha besar, punggung nipis. Dia setia pada suami dan menurut kata. Jika suami marah dia cepat minta maaf. Tutur kata lembut dan elok, pemurah, cakap tak pandang muka, banyak kenalan, tak suka kelahi, rajin cari ilmu, tak sombong. Wanita ini baik dan elok.

43. Dahan Berkepit - Badan tegap, kulit kuning, mata layu, rambut kerinting, cakap perlahan. Setia pada suami dan keluarga tapi keras hati, sikap segera berubah seperti singa lapar jika suami mempermainkan. Jika lari, dia tidak kembali lagi.

44. Lompat Kera - Muka kecil, dahi sempit, kaki panjang, tubuh kurus tinggi, pemboros, tidak fikir masa depan, tidak tetap pendirian, suka dengar cakap orang, janji tidak ditepati, jarang memikirkan hati dan perasaan orang lain.

# Firasat Anggota Badan

Orang-orang dahulu dapat mengenal sifat-sifat batiniyah insan dengan cara memperhatikan anggota-anggota zahir. Berikut dicatat falsafah tersebut bagi menambah pengetahuan semata-mata. Insan yang mulia disisi Allah adalah insan yang taqwa, bukan dipandang dari sudut kejadian anggota zahir.

Warna Kulit.

Kemerahan tanda pemarah, lemah daya fikir dan tidak tetap melakukan sesuatu pekerjaan. Hijau kemerahan tanda bersungguh melakukan pekerjaan hingga selesai. Hijau kehitaman tanda kelakuan jahat. Sangat putih tanda penyakit dan kurang daralv. Selain itu melambangkan kelakuan baik.

Keadaan Rambut.

Kasar dan keras tanda otak sihat dan berani. Ikal hitam tanda berakal dan mempunyai pertimbangan sempurna. Kerinting tanda tidak dapat dipereayai. Hitam berkilat tanda sempurna akal. Kerinting lembut tanda pintar. Merah kerinting tanda tamak dan jahat. Rambut kekuningan tanda pemalas dan pemarah.

Saiz Kepala.

Besar tanda tetap pendirian dan berakal. Sederhana tanda berpengetahuan. TerlaJu besar tidak sepadan dengan leher tanda tidak sihat otak. Kepala kecil tanda suka menurut nafsu dan kurang akal.

Keadaan Dahi.

Dahi luas tanda bijak dan sempurna akal. Sederhana berkerut tanda pengasih dan berani. Dahi kecil tanda kurang akal. Dahi yang banyak kerut antara kening tanda pemarah.

Keadaan Mata.

Mata yang jarang dikerdipkan tanda bijaksana. Mata besar dan tersembul tanda tamak dan tidak dapat dipereayai,- ingin memiliki harta orang lain. Mata merah tanda berani tetapi kurang akal. Mata seperti mata kanak-kanak serta bereahaya tanda dikasihi oleh manusia lain dan panjang umur. Mata kerap berkerdip tanda pemaaf. Mata kecil tanda kurang sempurna pertimbanagn. Mata biru keputihan tanda suka membuat jahat. Mata kekuningan keputihan tanda jahat dan suka menipu. Mata serupa mata lembu dan berwarna merah serta selalu dikerdip tanda suka meneuri. Alis mata kusut tanda mungkir janji dan bodoh.

Keadaan Hidung.

Saiz sederhana tanda berakal. Sangat maneung dan panjang tanda kurang akal. Hidung rendah dan besar tanda suka mengikut hawa nafsu. Batang hidung nipis suka berkelahi. Lubang hidung luas dengki dan pemarah'. Hidung tebal di tengah tanda pendusta. Hidung bongkok manusia paling jahat.

Saiz Mulut.

Kecil tanda bijaksana. Mulut luas tanda berani. Sederhana tanda sempurna akal.

Keadaan Bibir.

Bibir tebal tanda kurang akal. Bibir nipis suka menghasut. Bibir merah tanda sihat. Merah keputihan tanda berakai dan mudah faham. Bibir pueat cepat putus asa dan penyakit. Bibir hijau seperti lintah tanda banyak makan makanan haram.

Bentuk Gigi.

Panjang-panjang dan besar tanda pendusta. Sederhana tanda berakai. Gigi besar dan jarang tanda tiada dapat menyimpan rahsia. Gigi tersusun rapat tanda jujur.

Bentuk Dagu.

Dagu luas tanda takbur. Dagu tirus tanda kurang akal dan jahat. Dagu sederhana tanda sempurna kelakuan.

Keadaan Suara.

Nyaring tanda berani. Perlahan tanda pendusta dan bebal. Tidak tetap bunyi tanda bodoh. Suara merdu tanda jujur tetapi kurang bijak.

Keadaan Telinga.

Telinga besar tanda berakai tapi lekas marah. Telinga kecil tanda kurang akal. Cuping telinga melekat tanda kejam. Cuping telinga lembut dan panjang tanda penyamun.

Keadaan Bahu.

Bahu besar tanda kurang akal tetapi berani. Bahu singkat tanda suka mengerjakan pekerjaan jahat. Belikat bahu yang ditumbuhi bulu roma tanda kuat jimak.

Keadaan Belakang.

Belakang lebar tanda keras hati, takbur dan pemarah. Bongkok tanda gigih dan

bijaksana. Belakang tebal tanda dia seorang yang bijaksana.

Bentuk Muka."

Muka bujur tanda baik. Sangat bujur tanda jahat. Bundar tanda berperangai baik. Sederhana saiznya tanda pemaJu.

Keadaan Leher.

Leher sangat pendek jaliat dan pendusta. Panjang dan lurus tanda bebal dan berpenyakit. Leher besar suka berolok-olok tapi berani. Urat leher timbul tanda pemarah.

Keadaan Dada.

Dada sederhana tanda berakai. Ditumbuhi bulu tanda kurang akal dan suka melakukan perkara jahat.

Keadaan Lidah.

Lidah yang panjang tanda fasih bertutur.

Saiz Lengan.

Lengan panjang hingga ke lutut tanda pemarah., berani, berjaya dalam kerja tetapi takbur dan suka meninggi diri. Lengan pendek tanda tidak sihat dan suka berbuatjahat.

Bentuk Tapak Tangan.

Berjari panjang tanda berani dan berakal. Tapak tangan lembut tanda mudah

memahami. Tapak tangan nipis tanda kurang akal.

Saiz Jari.

Jari yang panjang dan besar tanda kuat. Jari pendek tanda bebal. Jari sederhana tanda tidak sempurna akal tetapi budiman.

Keadaan Perut.

Perut besar tanda tidak malu dan penyakit. Sederhana tanda bijak dan sihat.

Keadaan Pinggang. .

Pinggang lembut tanda berani. Pinggang yang tiada berdaging tanda keras hati

dan takbur.

SaizBetis.

Betis sederhana tanda sihat. Sangal besar tanda kurang akal dan bebal.

Saiz Kaki.

Kaki sederhana tanda sempurna. Kaki kecil tanda fasik. Kaki besar tanda bodoh.

Saiz Tumit.

Tumit besar tanda sihat. Tumit sederhana tanda suka berbuat kebajikan. Tumit kecil tanda kurang sihat.

Keadaan Langkah.

Langkah panjang dan teratur tanda sempurna pekerjaannya. Jika langkah pendek dan kurang tetap tanda kurang berakal.

Demikian psikologi kuno yang berasaskan analisis kejadian anggota badan. Psikologi moden lebih banyak menumpukan analisis fikiran hasil dari pengamatan tindakbalas perlakuan.

Firasat anggota badan hanyalah merupakan falsafah umum saja. Sebagai contoh, saiz atau keadaaan anggota tubuh yang dinyatakan adalah subjektif kepada perbandingan, dagu yang dikatakan luas itu akan amat bergantung kepada persepsi individu. Maka tidaklah wajar prejudis terhadap individu kerana pengetahuan firasat ini.

# Rahsia Cara Wanita Berjalan

1. Jika berjalan, dari belakang kelihatan seperti tidak memijak tanah. Golongan wanita yang jalannya berginjat, konon wanita ini adalah wanita yang tidak jujur, kalau berbual, mulutnya laser dan menyinggung perasaan orang lain. Wanita yang berjalan seperti ini juga terkenal dengan sikap egonya. Lebih parah, wanita ini biasanya pemboros atau suka membazir wang tanpa berfikir sebelum berbelanja. Padahal, wang yang dimilikinya itu masih banyak kegunaannya. Tapi jangan berkecil hati, kerana wanita seperti ini biasanya menjadi pujaan ramai lelaki.

2. Jika berjalan, sering menoleh ke kanan dan kiri.
   Wanita seperti ini biasanya pandai menyimpan rahsia. Walaupun ramai yang menganggap wanita seperti ini tidak jujur, suka menipu teman sendiri,dan merugikan teman bualnya, namun, ramai lelaki yang berusaha untuk menakluk hatinya. Konon wanita seperti ini senang diatur dan diuruskan.

Gadis yang cantik rupa parasnya dikatakan mempunyai tumit kaki yang putih kemerahan lagi bersih.

3. Jika berjalan suka menunduk.
   Cara berjalan melambangkan wanita seperti ini memiliki sifat yang tertutup.Ia hanya akan berbual dengan orang-orang yang rapat dengannya dan boleh dipercayai untuk menyimpan rahsianya. Wanita seperti ini biasanya sukar untuk ditakluk hatinya. Disamping sikapnya yang dingin, wanita seperti ini tidak peduli dengan kehidupan cinta. Namun, jika ada lelaki yang berjaya menawan hati wanita dengan cara berjalan menunduk ini, dijamin akan mendapat kebahagiaan. Sebab, wanita jenis ini sangat setia, dan dia tidak akan mengkhianati lelaki yang dicintainya.

4. Jika berjalan menatap lurus ke depan.
   Wanita seperti ini biasanya memiliki pendirian yang teguh, bukan senang hendak menggoncangkan imannya. Jangan sekali-sekali menentang apa yang pernah dikatanya, jika anda tidak mahu mendengar dia berleter panjang lebar. Meski pendiriannya teguh, tapi dia selalu berselisih pendapat. Jangan hairan jika wanita seperti ini hanya mahu berbual dengan orang yang berpengalaman luas.

5. Jika berjalan badan bergerak ke kanan dan kiri.
   Wanita yang berjalan dengan gaya yang sedemikian tidak ambil kisah dengan masalah yang berlaku. Apa pun masalah yang ada

dihadapannya, dia dianggap kecil. Padahal masalah itu sebenarnya memerlukan kebijaksanaan untuk diselesaikan. Kerana sifatnya yang suka ambil mudah ini, banyak persoalan yang akhirnya tidak dapat diselesaikan dan akibatnya merugikan dirinya sendiri.

6. Jika berjalan badan tampak tegak.
   Wanita ini tegas menentukan sikapnya sendiri. Dia tidak mahu urusan peribadinya dicampur oleh orang lain. Gaya bicaranya serius seperti ingin menunjukkan dia memiliki pendirian teguh. Yang menarik dari wanita ini, dia bertanggungjawab terhadap apa yang pernah dilakukannya. Dia menyenangi lelaki yang berdikari tanpa meninggalkan sifat-sifat romantiknya.

7. Jika berjalan seperti zirafah.
   Maksudnya, ketika melangkahkan kaki, badannya ia kelihatan bergerak ke depan dan ke belakang. Wanita jenis ini sangat lemah perasaannya. Dia seorang yang mudah terasa dan mudah tersinggung. Jadi, jika anda berbual dengan wanita seperti ini kenalah menjaga perasaannya agar tidak tersinggung, kerana wanita ini mudah mengalirkan air mata.

# Firasat Tahi Lalat

Masyarakat pada zaman dahulu mengenal seseorang dengan melihat tanda pada badannya. Diturunkan di sini firasat tentang tahi lalat. Sejauh mana kebenarannya tidaklah diketahui dengan jelas. Namun begitu, ia biasa diajarkan di kalangan Masyarakat Melayu.

| | |
|---|---|
| kepala sebelah kanan | terkabul cita-citanya |
| kepala sebelah kiri | sering menemui kesusahan |
| kepala sebelah belakang | jujur, sabar, tekun |
| ubun-ubun | kurang jujur |
| pusar-pusar | cerdas, tangkas, tekun |
| kening kanan | cerdas dan cekap |
| kening kiri | cerdas, sopan santun |
| tengah kening | keras hati, berani segala hal |
| pelipis kiri | murah rezeki, dapat jadi kaya |
| pelipis kanan | serba berhasil dalam usaha |
| pelupuk mata kanan atas | baik hati, ramah, selalu jaya |
| pelupuk mata kiri atas | baik budi, ramai yang suka |
| pelupuk mata kanan bawali | agak rnalas |
| pelupuk mata kiri bawah | agak bodoh, kurang bijaksana |
| sudut mata kanan luar | baik budi, ramai yang cinta |
| sudut mata kanan dalam | disayang suami atau isteri |
| sudut mata kiri dalam | tidak mudah dilupakan oleh suami atau isteri |
| biji mata kanan | suka serong dan pembohong |
| biji mata kiri | pembohong tapi baik hati |
| hujung mata kanan | baik hati, sopan santun, cerdas |
| hujung mata kiri | baik budi, murah rezeki |
| alis kanan | baik hati, suka menolong |
| alis kiri | ramai yang suka |
| pipi kanan | ramai teman |
| tengah-tengah pipi kanan | ramai yang suka |
| tengah-tengah pipi kiri | ramai teman |
| pada hidung | banyak rezeki |
| batang hidung | banyak dicintai orang dan dapat menjadi kaya |
| bibir atas kanan | banyak rezeki, pandai |
| bibir atas kiri | ramai kawan, baik hati |
| bibir bawah kanan | disegani orang, ramai yang suka |
| bibir bawah kiri | pandai bicara, tak mudah kalah |
| hujung mulut kanan | kecil rezeki, tak mudah kalah |
| hujung mulut kiri | suka berpoya-poya |
| dagu bawah kanan | jujur dan baik budi |
| dagu bawah kiri | bijaksana dan berbudi luhur |
| leher kanan | cerdas, juj ur, berani menderita |
| leher kiri | cerdas segala hal dan banyak pengetahuan |
| leher ditengah | tereapai apa yang dicita |
| bahu kanan | cermat ambil keputusan, banyak tanggungan. |
| bahu kiri | suka kerja keras, banyak tangungjawab. |

| | |
|---|---|
| dada kanan | dapat mengatasi masalah |
| dada kiri | berani, jujur dan sabar |
| tetek kanan | baik hati, pendiam, simpan rahsia |
| tetek kiri | ramai kawan, setia pada suami atau isteri |
| punggung kanan | baik hati, pendiam, simpan rahsia |
| punggung kiri | baik budi, lambat, kurang agresif. |
| perut bawah kanan | banyak rezeki, suka memberi maaf |
| perut bawah kiri | baik hati, tenang hidupnya |
| pinggang kanan | sayang pada isteri atau suami |
| pinggang kiri | disayang oleh suami atau isteri |
| pusar atau pusar kanan | sejahtera dalam hidup |
| pusar atau pusar kiri | beroleh kemuliaan |
| jari telapak tangan kanan | banyak rezeki tapi boros |
| jari telapak tangan kiri | banyak rezeki tapi boleh simpan |
| lengan kanan | setia dan taat kepada atasan |
| lengan kiri | menepati janji dan suka kerja |
| siku tangan kanan | kuat hendak memiliki kekayaan |
| siku tangan kiri | baik hati, suka menolong |
| ketiak kanan | dapat menyimpan rahsia |
| ketiak kiri | jujur, banyak yang cinta |
| jari tangan kanan | serba beroleh keuntungan |
| jari tangan kiri | serba baik bekerja |
| pergelangan tangan kanan | boros, suka bersukaria |
| pergelangan tangan kiri | dapat berpangkat |
| bontot kanan | agak mengalami kesulitan |
| bontot kiri | malas dan suka duduk |
| pangkal peha kanan | kemahuan kuat |
| pangkal peha kiri | suka kerja apapun |
| kemaluan kanan atau kiri | baik, suka jimak |
| di kepala kemaluan | bakal beristeri dua |
| betis kanan | suka berpoya, boros |
| betis kiri | tidak suka menganggur |
| pergelangan kaki kanan | suka bepergian |
| pergelangan kaki kiri | kehendak kuat |
| tumit kanan | jujur dan banyak kawan |
| tumit kiri | baik budi, dapat ke Mekah |
| telapak kaki kanan | tidak tnudah mengeluh |
| telapak kaki kiri | baik budi pekertinya |
| jari kaki kanan | suka menolong |
| jari kaki kiri | suka berbual baik, berbudi |
| lutut kanan | bersifat tidak peduli dan tidak mahu berusaha. |
| lutut kiri | tidak mahu berusaha, kurang kuat berusaha. |

# Firasat Nilai Keturunan Bangsa

*Keturunan J=Jawa I=India S=Sumatera T=Thailand C=Cina A=Arab*

| PERSONALITI | J | I | S | T | C | A |
|---|---|---|---|---|---|---|
| pintar berusaha membantu suami, hasrat berjaya | ● | ● | ● | | ● | |
| berbakat, benvibawa, aktif dan kreatif | ● | ● | ● | | ● | |
| setia, taat dan rela berkorban untuk suami | | ● | ● | ● | | ● |
| kurang tertarik kepada keduniaan | | ● | | | | |
| romantis, seksi, pandai pikat dan layani suami | ● | | ● | ● | | ● |
| tahu harga diri, keras pendirian, pereaya diri | | ● | ● | ● | | |
| intelek, ftkiran maju, pandangan jauh ke depan | ● | | ● | ● | ● | |
| mudah bersaul densan pihak alasan | | | | ● | | |
| berat kepada duniawi, setera material | ● | | | ● | ● | |
| pintar puaskan suami, tahu selera suami dalam jimak | ● | ● | | ● | | ● |
| lemah lembut, sederhana | ● | | ● | | | |
| boleh bergurau | ● | | | | | |
| tidak banyak tuntutan | ● | ● | | | | |
| tidak suka mencampuri hal orang lain | ● | ● | | | | |
| pintar merawat diri, menjaga kecantikan | ● | | ● | ● | | |
| tahu mengurus, mengatasi masalah rumahtangga | ● | ● | ● | ● | | |
| bersih dan memperhatikan kesihatan | | | | ● | | |
| sayangkan anak dan pandai mendidik anak | ● | ● | ● | ● | | |
| tahu keadaan, pandai gunakan kesempatan | ● | | | | ● | |
| tidak suka melawan suami, tidak berani membantah | ● | | | | | ● |
| kuat dan taat beragama | ● | ● | | ● | | ● |
| hormati suami, hormat dan taat kepada mertua | ● | | ● | | | |
| tahu sesuaikan diri, pandai bergaul, ramah | ● | ● | ● | ● | | |
| tidak mahu disembarangkan, perasaan halus | | | ● | | | |
| berpegang teguh pada cinta pertama | | | | ● | | |
| rajin, pantang menyerah | | | ● | | ● | |
| nafsu jimak tinggi dan hangat | | ● | | | | |
| tidak cemburu | ● | | | | | |
| tuntutan hidup tinggi, disangka sombong | | | ● | ● | | |
| banyak cakap, cerewet | | | ● | | | |
| tidak pintar merayu suami | | | ● | | | |
| kurang memberi ghairah jimak dan cinta hangat | | | ● | | ● | |
| kurang bergaul, kaku, kurang terbuka | | | ● | | ● | ● |
| mudah tersinggung | | | ● | | | |
| kurang tertarik urusan rumahtangga | ● | | | | | |
| takut hadapi risiko, puas dengan apayang ada | ● | | | | | |
| tidak suka merawat diri, tidak pandai bersolek | | ● | | | | |
| bebas bergaul | | | | ● | | |
| kurang toleransi | | | | | ● | |
| hobi makan yang mungkin berlebihan | | | | | ● | |
| suka mengurung diri | | | | | | ● |

Di atas adalah nilai-nilai unite yang dapat dikenal pasti berasaskan kepada keturunan bangsa. Ianya hanya nilai yang umum dan masih bergantung kepada cara didikan dan personaliti peribadi. Adalah menarik untuk difikirkan bahawa ada antara nilai-nilai diwarisi oleh manusia menerusi warisan darah.

# Rahsia Tabiat Wanita.

Perbezaan dari segi kelakuan dan kesukaan wanita memang menjadi kajian kaum lelaki kerana ini akan menjadi panduan mengenai cara-cara menyesuaikan diri dengan lingkah laku isteri dan membimbing isteri dalam hidup berumahlangga. Pada zainan daliulu, wanita itu dikatakan tergolong kepada salah satu dari sepuluh tabi'at haiwani:

Tabi'at Babi.

Wanita yang liada berbuat baik, suka makan minum saja untuk memenuhkan perutnya. Dia juga suka menjahanamkan harta suami dan liada mahu berbuat ibadah.

Tabi'at Kera.

Suka memakai baju berwarna merah, hijau dan kuning. Dia tidak suka memakai emas dan perak. Dia suka membesarkan diri dihadapan suami.

Tabi'at Anjing.

Suka memalingkan muka apabila dia bereakap dengan suami. Dia suka membaniah dan mengherdik suami. Jika dia melihat suaminya berharta dia mengasihi, jika tiada berharta dia akan menista dan benei kepada suami.

Tabi'at Baghat (Keldai)

Dia seorang wanita yang penakut. Dia juga sentiasa bersolek dan mencantikkan dirinya.

Tabi'at Ular.

Menaruh dendam apabila mendengar sesuatu yang jahal tentang suami atau dirinya maka akan berkelahilah dia dengan orang lain.

Tabi'at Kala.

Wanita yang sentiasa mengumpulkan jiran untuk mengumpat, mengadu, berbantah seita berbuat fitnali.

Tabi'at Tikus.

Dia adalah seorang wanita yang suka meneuri harta suaminya sendiri.

Tabi'at Unggas. (Burung)

Suka berjalan dan bersukaria tetapi bila suaminya pulang, dia akan cemburu.

Tabi'at Serigala.

Apabila suami ada dirumah, dia pura-pura menidurkan dirinya. Bila datang suaminya, dia akan berkata bahawa suaminya pergi bermain-main sedangkan dia sakit di itnnah.

Tabi'at Kambing.

Dia isteri yang berguna serta salih. Dia mengasihi suaminya serta orang lain. Dia suka berbakti.

# Bulan Melangsungkan Perkahwinan

| RAMALAN | Bulan Hijrah | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| tidak baik memilih bulan ini | ● | ● | ● | ● | ● | | | | ● | ● | ● | |
| suami isteri berumur pendek | ● | | ● | | | | | | | | | |
| hiduo diganegu halanean | ● | | | ● | | | | | | | | |
| harta panas, hllangnya mudah | ● | | | | ● | | | | | | | |
| banyak hutang | | ● | | | | | | | | | | |
| usaha selalu tergendala | | ● | | | | | | | | | | |
| makstid h»ilr$_r$ kuranp h*»rflkir | | ● | | | | | | | | | | |
| selalu dikejar kesukaran, bahaya | | ● | | ● | | | | | | | | |
| kerap dlgangeu penyakit | | | ● | | | | | | | | | |
| usaha sia-sla | | | ● | | | | | | | | | |
| pasanean dapat penearuh Jahat | | | ● | | | | | | | | | |
| dipandang jelek | | | | ● | | | | | | | | |
| serins dldatanei peneuri | | | | | ● | | | | | | | |
| banyak musuh, ramai benei | | | | | ● | | | | | | ● | |
| tidak tenteram slang maiam | | | | | ● | | | | | | | |
| jiran mengganggu | | | | | ● | | | | | | | |
| mendapat kebafkan, bahagla | | | | | | ● | | | | | | |
| tidak menvesal. Duas | | | | | | ● | ● | | | | | |
| taneeal 13.16.17. 20. 26,27. 28 nahas | | | | | | ● | | | | | | |
| selamat, heruntung | | | | | | | ● | ● | | | | |
| berkat darl tuhan | | | | | | | ● | | | | | |
| tenuil lalan berdagang | | | | | | | ● | | | | | |
| taneeal 1,6, 11, 12,13.14,15 nahas | | | | | | | ● | | | | | |
| tidak hargal keuntungan kecil | | | | | | | | ● | | | | |
| ada kemungkinan rezeki sempit | | | | | | | | ● | | | | |
| tanggal 6,7,8,11,18,27 nahas | | | | | | | | ● | | | | |
| salah seorang mem pel ai mati | | | | | | | | | ● | | | |
| hid up terus ditimpa susah | | | | | | | | | ● | | | |
| seorang sakil, sukar disembuh | | | | | | | | | ● | | | |
| taneeal 2,3,27. 28,29 lebih nahas | | | | | | | | | ● | | | |
| terbenam dalam hutang | | | | | | | | | | ● | | |
| orang tua berdosa kepada anak | | | | | | | | | | ● | | |
| flkiran tak menentu. hati sedih | | | | | | | | | | ● | | |
| senang bercerai, sengketa | | | | | | | | | | | ● | |
| selalu carl ketenteraman diluar | | | | | | | | | | | ● | |
| meneeenibirakan hati | | | | | | | | | | | | ● |
| tali pernlkahan kuaf. saline clnta | | | | | | | | | | | | ● |
| taneeal 2-5.12.15.22.25.27-29 nahas | | | | | | | | | | | | ● |
| banvak rezeki | | | | | | | | | | | | ● |
| baik memilih bulan ini | | | | | | ● | ● | ● | | | | ● |

1= Muharam, 2=Safar, 3=Rabiul Awal, 4=Rabiul Akhir, 7=Rajab, 8=Sya'aban, 9=Ramadhan, 10=Syawal, 11=Zulkaedah, 12=Zulhijjah

Di atas adalah ringkasan pemilihan bulan bagi melangsungkan majlis perkahwinan yang biasa diamalkan oleh orang-orang Melayu zaman dahulu. Ia berasal dari Ilmu Perhitungan Jawa. Islam melarang dari menggunakan ramalan sebegini kerana ia boleh merosakkan aqidah.

# Petung Perjodohan - Hari Kelahiran.

Berikut adalah petung perjodohan berasaskan hari kelahiran suami serta isteri berasal dari Kitab Primbon Jawa:

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Ahad | ■ | I | S | R | K | J | S | Kemp sakit, rumahtangga susah |
| | | | ■ | | | | | | Kerap sakit, rt. tidak bahagia |
| | | | | ■ | | | | | ditimpa kemiskinan |
| | | | | | ■ | | | | mulia hidup |
| | | | | | | ■ | | | suka bertengkar |
| | | | | | | | ■ | | mulia hidup |
| | | | | | | | | ■ | miskin hidup dalam rumahtangga |

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Isnin | A | ■ | S | R | K | J | S | Tidak akan temui kebaikan |
| | | | | ■ | | | | | mulia hidup |
| | | | | | ■ | | | | anak perempuan, h. sederhana |
| | | | | | | ■ | | | disukai orang, hidup senang |
| | | | | | | | ■ | | hidup mulia |
| | | | | | | | | ■ | berkat dalam rumahtangga |

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Selasa | A | I | ■ | R | K | J | S | tak temui kebaikan, selalu susah |
| | | | | | ■ | | | | jadi kaya, penuh bahagia |
| | | | | | | ■ | | | jadi kaya, senang hidupnya |
| | | | | | | | ■ | | akan bereerai |
| | | | | | | | | ■ | kerap bertengkar |

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Rabu | A | I | S | ■ | K | J | S | tak temui kebaikan, selalu susah |
| | | | | | | ■ | | | mulia hidup dalam rumahtangga |
| | | | | | | | ■ | | mulia hidupnya |
| | | | | | | | | ■ | membawa kebaikan |

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Khamis | A | I | S | R | ■ | J | S | mulia hidupnya |
| | | | | | | | ■ | | mulia hidupnya |
| | | | | | | | | ■ | terjadi pereeraian |

| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Jumaat | A | I | S | R | K | ■ | S | hidup selalu dalam kemiskinan |
| | | | | | | | | ■ | celaka dalam rumahtangga |

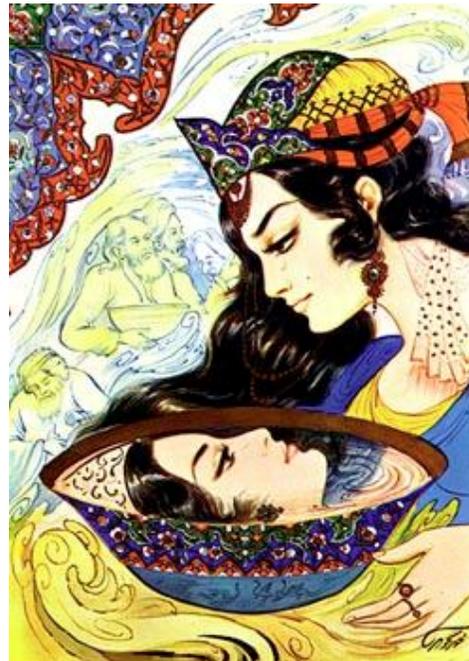
| | Suami | Isteri | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Hari | Sabtu | A | I | S | R | K | J | ■ | akan susah, tidak bahagia |

# Bab Nota Tambahan

Mencatatkan mengenai beberapa perkara yang berkaitan dengan ilmu kelamin di serata dunia sejak zaman dahulu. Catatan itu diambil mana contoh yang baik dan dijauhi mana contoh yang buruk.

# Nota-Nota Tambahan

Terdapat satu kisah dimana praktik onani wanita (memberahikan faraj tanpa jimak) adalah terkenal di India dimana pada zaman dahulu wanita-wanila di sana telah mempraktikkan onani dengan cara memasukkan pisang atau benda-benda yang seperti itu. Ada juga antara mereka yang membentuk lobak merah akar berupa seperti batang zakar kemudian membuat lubang disepanjang lobak itu serta meletakkan uncang yang diisi dengan susu kambing yang segar di belakang lobak itu. Apabila mereka menggelongsorkannya ke dalam faraj dan mencapai inzal maka mereka memicil uncang kulit itu agar susu kambing itu memancut ke dalam farajnya dan mendatangkan rasa enak. Ada juga yang menggunakan terung. Praktik onani pada wanita adalah tidak baik dari segi moral mahupun ugama. Dari segi kesihatan pula ia membahayakan kerana mungkin benda yang dimasukkan itu patah di dalam faraj akibat kemutan yang kuat dan dinding faraj akan menjadi luka serta kasar.

Ada juga satu hukum uadisi yang mana anak gadisnya dikawal rapi agar tidak keluar dari kawasannya sendiri yang berpagar. Namn begitu mereka agak bijak, pertemuan diatur antaranya dan lelaki yang dicintainya dari suku kaum lain di mana mereka bertemu di pagar itu ditiang yang mempunyai lubang kecil kemudian mereka akan berjimak di situ menerusi lubang yang kecil tersebut. Untuk mengelakkan dari disyakki, si wanita itu membuat sesuatu kerja dan sambil bersaja. Berbagailali kerenah manusia berkaitan dengan pelampiasan nafsu.

India mempunyai berbagai pengajaran yang baik mahupun buruk dalam konteks ilmu jimak. Dari India zaman dahulu juga terdapat satu ilmu untuk menahan mani dari terpancut dengan cepat ketika jimak. Praktik ini tidak dike tab ui oleh ramai manusia dan adalah menjadi rahsia yang disimpan rapi. Mereka akan mencari anjing yang sedang mengawan dan lekat semasa mengawan itu. Tanpa belas kasihan, mereka akan memotong anjing jantan itu kemudian akan mengeringkan ekor itu. Mereka akan mengikal ekor anjing itu di pinggang ketika mereka berjimak. Nampaknya ini adalah satu praktik yang kotor dan zalim serta mempunyai unsur sihir namun dicatatkan di sini sebagai menambah pengetahuan anda.

Ada kalajigan masyarakat Melayu yang belajar ilmu jimak ini yang menjaga kakinya. Ini juga satu ilmu yang unik. Kaki dikatakan sebagai satu tempat mengubai segala penyakit pada badan. Perkara ini juga memang dipersetujui oleh masyarakat Cina dan Jepun dari segi ilmu Tien An, Shiatsu serta

Accupunture. Pengajnal ilmu jimak akan menjaga suhu kaki agar sentiasa panas dan dari itu menjaga badan dari kesejukan.

Praktik onani bagi kaum lelaki nampaknya diamalkan oleh boleh dikatakan semua orang dari semua bangsa. Bagi orang muda ini adalah satu praktik yang tidak baik kerana ia boleh mengakibalkan anda mati pueuk. Dmasihatkan bahawa mereka yang sudah punya kemampuan agar segera berkahwin untuk mengelakkan kemandulan yang mungkin berlaku akibat onani yang berpanjangan.

Semua lelaki suka jika zakarnya besar dan panjang. Dan boleh dikatakan semua lelaki berasa bahawa zakarnya tidak cukup besar. Walau bagaimanapun, saiz zakar adalah normal jika semasa lembik ianya berukuran antara 4 hingga 12 cm dan jika ia tegang dengan berukuran 7 hingga 18 cm. Ada juga yang mempunyai zakar yang panjangnya hingga 35 cm namun itu jarang berlaku. Wanita juga suka jika lelaki berzakar besar, panjang dan panas. Ada satu ilmu di kalangan masyarakat Melayu yang boleh memanjangkan zakar menurut kaedah urutan yang dilakukan oleh pakar dalam bidang itu. Menurut ilmu ini, zakar boleh dipanjangkan mengikut kehendak orang yang empunya zakar (sehingga 1 kaki). Namun begitu mereka yang punyai zakar yang panjang sangat tidaklah akan merasa nikmat ketika jimak kerana tidak semua dari batang zakarnya akan masuk ke dalam faraj. Maka yang eloknya adalah zakar yang sebagaimana saiz yang telah dikurniakan oleh Allah.

Macam-macamlah pula bentuk zakar itu, ada yang tetap besar walau ia lembik dan dipanggil ia sebagai Zakar Jerung dan ada juga yang kecil semasa lembik dan dipanggil Zakar Lintah. Kedua- dua jenis ini sama saja baiknya kerana yang penting ialah ketika ia tegang. Zakar Lintah itu lebih si hat kerana ia berfungsi dengan cara yang normal dan pembuluhnya tidak menyekat aliran darah. Apabila tegang pula ada zakar yang mendongak ke atas, ada zakar yang tunduk ke bawah, ada yang lurus betul dan ada juga yang bengkok ke kiri atau ke kanan. Yang lurus betul adalah yang paling baik kerana ketegangannya seimbang. Bentuk batang zakar dan kepalanya juga berbeza-beza, ada yang batangnya besar di pangkal dan kecil tirus di hujung dan ada pula yang kecil di pangkal dan besar di hujung seperti ular tedung. Zakar Ular Tedung ini adalah lebih baik. Begitulah keadaan zakar dan bentuk-hentuknya. Apa yang penting ialah bahawa zakar itu boleh menegang. Dengan mengamalkan berbagai posisi jimak, isteri anda akan merasakan seolah-olah zakar anda itu berbagai bentuknya.

Ada juga satu ilmu yang dikatakan boleh mengelakkan kehamilan iaitu secara bersenam. Caranya ialah, apabila selesai berjimak, isteri itu baring berlunjur, suami pula duduk berlunjur. Kedua-dua hujung kaki suami itu dihalakan kepada isterinya dengan keadaan di mana tumit kaki suami itu keduanya menekan pada faraj sementara kedua-dua ibu jari kaki diletakkan di bawah perut. Suami memegang tangan isterinya pada lengannya. Ketika ini suami tekanlah tumit kakinya itu ke tundun isterinya. Kemudian hendaklah isteri menarik nafasnya dan suami menarik nalas sambil menarik tangan isteri dan hujung jari kaki suami pun ditekankan dengan agak kuat pada rahim isteri, gerakan tarikan ini akan membuatkan isteri duduk dan membengkok hingga

kepalanya hampir pada suami. Ulangilah dengan berbaring semula seperti tadi dan buat semula hingga 3 kali. Praktik ini diajarkan oleh para bidan masyarakat Melayu dan ia berfungsi untuk menjarangkan anak. Jika dilakukan dengan betul maka air mani akan meleleh keluar dari lubang faraj apabila selesai saliaja melakukan senaman tersebut. Cubalah lakukan perkara ini dan liliat kesannya. Senaman ini juga dapat membetulkan urat-urat jimak.

Terdapat satu praktik yang tidak dinyatakan sebelum ini tentang jimak iaitu praktik menjilat faraj yang di dalam bahasa moden dipanggil Cunniligus. Ia adalah satu cara memberahikan suami serta isteri yang berkesan. Ulama' Islam berdiam diri apabila ditanya tentang praktik ini. Apa yang dapat dikesan ialah terdapatnya praktik meneium faraj di dalam Islam. Praktik Cunniligus ini menjilat faraj itu bahagian bibir kecil dan sekitar purana dengan menggunakan lidah serta menjilat bahagian dalam dari celah purana itu (permukaan lubang faraj). Ada juga mengeraskan lidahnya kemudian menusukkan lidah itu ke dalam lubang faraj. Satu praktik yang patut dinyatakan di sini ialah kedapatan praktik menjimak kemudian berhend untuk menyulami dengan menjilat pula akan faraj dan kemudian disamhung semula. Praktik ini akan menegangkan zakar, memberahikan isteri dan juga dapat melambatkan pancutan mani suami.

Terdapat satu praktik yang baik bagi melambatkan pancutan mani terutamanya apabila anda adalah seorang yang mudah merasa geli dan ngilu apabila faraj isteri anda sangat licio dan berair atau isteri tidak begitu pandai mengemut atau zakar anda tidak begitu tegang ketika jimak. Caranya ialah, setelah beberapa tusukan, anda keluarkan zakar anda kemudian anda kesatlah batang zakar anda itu dan tusuklah kembali dan berdayung. Ulangilah perkara itu apabila anda terasa mazi isteri terlampau ban yak keluar. Ia akan dapat melambatkan mani anda dari keluar dan zakar menjadi semakin keras.

Ada cara untuk lebih memberahikan isteri iaitu anda cuba membuka bibir besar farajnya dengan sehabis lebar dengan jari-jari anda ketika anda menjimaknya itu. Caranya ialah, sambil berdayung itu, tangan anda cerkahlah bibir faraj itu supaya ia terkangkang lebar. Ianya boleh dilakukan dalam berbagai-bagai posisi jimak. Dengan cara ini, isteri anda akan merasai bahawa zakar anda adalah amat besar dan panjang kerana farajnya terpaksa terbuka luas dan zakar anda dapat menusuk lebih dalam.

Satu cara menjimak yang tidak diketahui ramai orang ialah dengan cara memasukkan dua atau tiga jari sebagai menyendal batang zakar anda ketika

anda berdayung semasa jimak itu. Sendalan ini dibuat dengan cara memasukkan jari-jari tersebut ketika zakar anda berada di dalam faraj isteri. Masukkan dengan berhati-hati dan hendaklah jari tersebut berpaut ke tepi dinding faraj sebelah dalam. Berdayunglah dengan berhati-hati. Sendalan itu boleh dibuat di atas, di bawah, di kiri atau di kanan dinding faraj. Anda dmasihatkan agar memotong pendek kuku anda serta menumpulkannya agar ia tidak mendatangkan kesakitan atau luka pada faraj atau pada batang zakar. Ada juga praktik yang baik iaitu dengan cara anda menekan purana isteri anda, ia berfungsi menutup biji purana isteri dari bersentuh dengan bumi zakar dan supaya hanya lubang farajnya saliaja yang merasai nikmat tusukan sedangkan biji purana merasai nikmat tekanan dan geselan jari. Cubalah cara ini dan lihatlah akan kelainan kesannya berbanding dengan nikinat jimak sebelumnya.

Kaum Benggali dikatakan sebagai kaum yang mempunyai setera jimak yang luarbiasa dan mempunyai zakar yang besar. Perkara ini tidak begitu tepat, apa yang luarbiasa ialah praktik mereka ketika jimak iaitu mereka biasanya akan memukul-mukul dengan bertalu-talu dan perlahan akan taraj isteri mereka sebelum jimak sehingga bibir besar faraj itu menjadi merah dan kemudian barulah menjimanya. Ini dikatakan sebagai cara untuk mempertingkatkan rasa ghairah pada isteri mereka.

Kaum India dikatakan sebagai kaum yang mana isteri mereka bising ketika di jimak iaitu dengan merayu-rayu serta mengerang dengan agak kuat ketika jimak. Kaum India, seperti juga kaum Negro dikatakan mempunyai wanita yang paling ghairah ketika jimak dan paling memberi nikmat kepada suami mereka kemudian diikuti oleh bangsa-bangsa keturunan Melayu. Kaum Cina pula dikatakan sebagai kaum yang paling senyap ketika berjima kerana biasmiya mereka ini duduk bersama orang-orang tua mereka dan tidur hanya berselang dengan rentangan kain. Jika tnereka berbunyi bising ketika jimak maka tentu akan didengari dan akan merasa malu.

Orang-orang Melayu dahulu mempunyai rumah yang dibuat dari kulit kayu ataupun atap dan lantai mereka biasanya berlubang-lubang dan ini agak menyukarkan perlakuan jimak terutamanya jika naik nafsu di waktu siang hari. Maka mereka biasanya akan menyuruh anak-anak mereka bermain-main di luar rumah dan kemudian akan berjimak dengan isteri mereka sambil berbual-bual perkara yang tidak bersangkut paut dengan jimak seperti bereerita tentang sawah ladang dan ternakan agar seolah-olah tiada apa-apa yang berlaku. Demikianlah cerita orang tua mengenai perlakuan jimak bangsa Melayu.

Orang Melayu dahulukala ada yang mempunyai ilmu batin yang hebat tentang jimak di mana mereka ini mempunyai zakar yang tidak pernah kendur sehingga mati. Namun dikatakan bahawa perkara ini adalah berkait dengan ilmu mistik, di mana, ketika matinya, isterinya akan terpaksa menjimak mayatnya hinggalah maninya terpancut dan barulah zakarnya akan sama-sama mati.

Terdapat petua yang diajar kepada bangsa Melayu terutamanya mereka yang mempunyai isteri lebih dari satu. Biasanya isteri yang bermadu ini memanglah tidak berserahaman dan sentiasa merasa cemburu antara satu sama lain. Maka mereka yang belajar ilmu ini biasanya akan membuat praktik yang agak

luarbiasa iaitu menjimak isteri pertama hingga dia inzal kemudian dengan air mazi dan mani isteri pertama kepada isteri kedua dengan keadaan basah. Dengan praktik ini dikatakan bahawa isteri-isteri itu akan dapat muafakat dengan baik tanpa berkelahi. Petua ini diberikan oleh seorang yang beristeri dua yang berasal dari Muar, bapanya juga beristeri dua dan dia mengambil ilmu ini dari bapanya.

Kaum perempuan bangsa Melayu juga mempunyai berbagai ilmu yang baik juga tidak baik tentang jimak ini. Perkara ini biasanya diajarkan secara keturunan atau oleh para bidan atau bomoh wanita atau mungkin juga secara mencari sendiri. Disini dicatatkan serba siclikit mengenai praktik-praktik ilmu yang ada pada wanita.

Ada wanita yang mengamalkan Ilmu Kacip Fatimah iaitu satu ilmu yang boleh mengemut zakar suami dengan kuat sekali lantas memberi kelazatan yang hebat kepada suami dengan tujuan supaya suami menyayanginya. Ilmu ini ada mempunyai jampinya tersendiri serta praktiknya, untuk tujuan tertentu, jampi itu tidak dicatatkan di sini.

Kelantan memang kaya dengan cabang pengeiahuan senggajnanya yang tersendiri di mana yang lelaki belajar cara membesarkan kepaJa zakar sementara yang perempuan pula tahu mengenai cara untuk mengempiskan atau mengecilkan faraj mereka menerusi senaman. Antara cara-cara yang dilakukan oleh wanita-wanita Kelantan serta didapati juga ilmu ini di Negeri Johor menerusi bidan ialah seperti berikui:

Berbaring kemudian lipatkan kaki supaya peha jejak pada dada dan betis jejak pada peha. Berbaring dengan terlentang. Kemudian peluklah kaki itu dengan kedua tangan seperti memeluk bantal sambil menarik nafas. Lakukan 3 kali sebelum tidur.

Duduk bersila dengan kaki disilangkan agar kedua tumit kaki itu berada di sebelah tepi peha dan telapak kaki itu terdongak ke atas. Badan ditegakkan dan lengan ditegakkan, sambil menarik nafas, tekan dengan jari pada tapak kaki kanan yang dilipatkan ke kiri itu sambil menjaga agar badan dan lengan itu jangan dibengkokkan. Amalkan sebelum tidur atau ketika bangun tidur.

Berbaring dengan luruskan kaki maka urutlah di tepi perut yang berada di tepi rahim itu ke atas, ulang tiga kali sambil menarik nafas. Amalkan ketika mahu tidur atau ketika pagi.

Ikut cara sebagaimana Senaman Kucing posisi Sambar Helang itu, posisi untuk perempuan adalah serupa saja.

Ikut cara sebagaimana Senaman Harimau posisi Betah Ular itu, caranya sama juga bagi perempuan. Posisi ini menyempitkan lubang faraj, menaikkan peranakan dan juga dapat menjarangkan anak kerana jika dibuat cara yang betul, ia akan mengalirkan mani keluar dari faraj. Lakukan ketika pagi atau selepas jimak.

# Catatan Penutup

Pada masa manuskrip ini disiapkan, terdapat banyak buku-buku mengenai perkahwinan dalam Islam diterbilkan dan diedarkan di pasaran umum. Pembaca digaJakkan membeli buku-buku tersebut bagi mendalami aspek-aspek perkahwinan dalam Islam yang tidak disentuh di dalam buku ini. Sesungguhnya itulah langkah yang paling baik, mendalami selok belok Islam dan mempraktikkannya guna mencapai iaraf Mukmin yang soleh

Seorang guru telah memperuntukkan sebahagian dari wangnya setiap bulan bagi membeli kitab dan buku. Dia telah melakukannya sejak dari usia yang muda. Dia juga berkata, kebanyakan buku atau kitab itu terbil hanya sekali alau dua kali, selepas itu ia lenyap dari pasaran. Dengan itu dia mengumpulkan sebahagian dari buku-buku yang diterbitkan itu, satu atau dua buku sebulan, sebagai khazanah yang amat bernilai bagi anak eueunya dan g;nerasi akan datang.

Seorang tua Melayu telah berpesan, anak muda jangan sekali-kali cuba minum arak. Dia berkata bahawa beberapa kenalannya yang meminum arak telah mati pueuk sebelum berumur 50 tahun. Kelika dia beipesan, dia berumur lebih 70 tahun dan dia berkata bahawa Allah telah mengumiakan kesihatan padanya dan dia masih mampu untuk memberi naikah batin kepada isteri, sebagaimana biasa.

Jika seorang bujang bergaul bebas dia mungkin terjerumus ke dalam tiga jenis dosa besar iaitu arak, judi atau zina. Seorang lelaki telah berkata bahawa dia mungkin sanggup tidak menjamah arak atau tidak berjudi walaupun kawan-kawannya mendesaknya. Tapi dia belum tahu sama ada dapatkah dia menahan nafsunya jika dia berada bersunyian dengan seorang perempuan yang bukan muhrimnya. Inilali antara perkara yang patut difikirkan oleh "bujang trang-tang-tang", agar segera berkahwin, jika ingin kahwin, mampu dan takut terjerumus ke kancah maksiat. Mudah-mudahan dengan berkahwin, tiga dosa besar yang dicatatdapat dijauhi sekaJigus.

Penting disedari bahawa nafsu syahwat itu amat bahaya jika tidak dikawal oleh keimanan. Setinggi manapun ilmu seseorang, nafsu boleh mengalahkan ilmu, jika dia lupa dan lalai dari mengingati Allah. Zina adalah amat terkutuk dan mesti dijauhi.

Akhir sekali dicataikan bahawa penulis memohon ma'af kepada pembaca jika terdapat salah dan si lap berkaitau dengan isi buku ini. Sebagai seorang manusia biasa, penulis tidak sunyi dari melakukan kesilapan. Dinasihatkan kepada pembaca agar tidak mengamalkan ilmu pengetahuan di buku ini untuk tujuan yang buruk. Buku ini ditulis semata-mata bertujuan baik, agar dapat penulis sendiri dan juga pembaca melayani isteri dengan mesra dan menganggap tugas itu sebagai satu kesungguhan, sebagai jalan kepada ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup.

Kita hanya berusaha dan merancang, hanya Allah yang menentukan.

# Renungan

"Kalimali yang bijaksana ialah barang yang hilang dari seorang yang bijaksana. Di mana saja dia mendapatinya, dialah yang lebih berhak memilikinya" - Hadith Riwayat Ibn Majah dan Tarmuzi.

"Islam membebaskan akal, mendorong supaya menilik dan mengamati kejadian alam sekeliling. Islam mengangkat tinggi kedudukan ilmu dan ahli-ahli ilmu. Mengalu-alukan sesuatu yang baik dan bermanfa'at. Hikmah adalah satu barang yang hilang daripada seorang mukmin di mana saja beliau mendapatinya, beliaulali yang lebih berhak memilikinya". - Hassan Al Banna.

Wassalam.

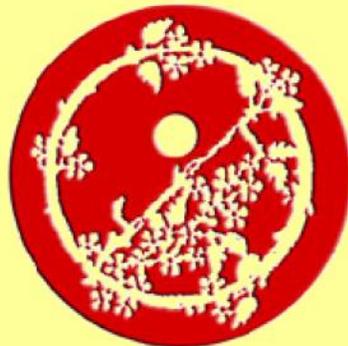
IbnuYusof

# Saranan Pembacaan

Tafsir Al-Qur'an Karim .....................................Prof. dr. H. Mahmud Yunus
Sahih Muslim.............................................H.A. Razak dan H. Rais Lathief
Ihya Ulumuddin ..............................................................Imam Al-Ghazali
Qur'anic Scienees ..............................................................Afzalur Rahman
What Is The Origin of Man?.......................................Dr. Maurice Bueeaille
Tajul Muluk .....................................Sheikh Hassan bin Sheikh Ishak Fatani
Hukum Jimak.........................Al-Fadhil Ahmad bin Sulaiman Kamal Basya
Risalah Hukum Jimak .......................................... Ustaz Nusannief Effendie
Mujarrabat Melayu........................................... terjemahan Mujarrabat Arab
Kasyaful Asrar .................. Sheikh Muhammad Salleh Abdullah Mengkabui
Mutala'al Badrin.................................................... Muhammad Ismail Daud
S air til Mukmin ............................................. H. Abu Muhammad Hasanul
Warisan Perubatan Melayu................................................A. Samad Ahmad
Kamasutra ..........................................................................Sir Richard Burton
Yin Yang - The Dragon and The Phoenix.............................Prof. Eric Chou
The Book of Yoga.......................................................................Luey Udell
Shiatsu ..........................................................................................William Schulz
MaJam Pengantin...................................................;Abd. Mutaa'al Al-Jabari
Senjata Sulit ........................................................................Tok Janggut
Seribu Hikmat ..........................................................................Ali Zulfakar
Rahsia Lelaki dan Wanila.................................................Drs. Rahman Mai
Hubungan Suami Isteri yang Mesra............................I I.Abu Bakar Yaacub
Sesuatu Teniang Seks......................................Helmi llalim dan Al-Firdausi
Risalah Kebahagiaan Tenaga Batin ..........................................Pesanan Pos
Majallah, Makalah dan Berita.............................................. Berbagai Media

Rujukan Prima Penulis

Mendapatkan maklumat-maklumat yang disampaikan secara lisan dari beberapa orang pewaris yang berkaitan dengan sesuatu bidang kemudian membuat perbincangan lisan dengan pewaris yang lain untuk tujuan rujukan silang dan bagi lebih memahami duduk perkara.

Sekiranya anda ingin mendalami akan duduk perkara di buku ini maka adalah dmasihatkan agar anda mendapatkan kitab-kitab dan buku-buku yang tereatat di atas. Kitab yang bertanda sebagai V itu adalah kitab yang ditulis dengan tulisan Jawi Lama, namun begitu, kitab-kitab tersebut agak sukar dicari. Jika berminat, sila bertanya di kedai-kedai yang menjual kitab-kitab agama Islam di serata negara

# Selesai

E-Book Permata Yang Hilang ini kami hadiahkan secara percuma kepada anda sebagai tanda penghargaan kami atas kesudian anda menjadi Ahli Prima Megasutra. Ianya kami hadiahkan kepada anda saja untuk kegunaan peribadi anda saja. Kami amat berharap agar anda tidak menyebarkannya sama ada secara percuma apatah lagi dijual kepada orang lain. Dengan ini juga IbnuYusof sebagai penulis E-Book ini mendoakan agar segala ilmu yang anda pelajari melalui E-Book ini jadi berkat lagi mustajab, dan akan digunakan bagi tujuan kebaikan semata-mata dan mudah-mudahan segala amalan anda itu diberkati Allah. Amin.

Ikhlas dari,

IbnuYusof